allureville
2025 Spring Summer
www.allureville.com

otona MUSE

CONTENTS　May. 2025

photo:ITTETSU MATSUOKA
styling:KEITA IZUKA
hair & make-up:AIKO TOKASHIKI
model:ANNE NAKAMURA

タンクトップ¥90,200、ワイドトラウザー¥253,000、Double G ベルト¥59,400、ドライビンググローブ¥115,500（全てグッチ／グッチ クライアントサービス）

36

66

otona MUSE 5月号　2025年4月28日発行

創刊人　関川誠
共同発行人　渡辺佳代子　三宅歓子
編集長　渡辺佳代子
編集　高瀬知恵　山下純子　加藤奈々子　林智子　岩間留美　小原舞衣　塚原凌馬
編集補助　福原弥倫
販売責任者　田口真
制作責任者　大谷幸雄
広告責任者　佐々木あずさ　川面佑太　室谷敦実
広告進行　神尾美奈子　谷崎孝生

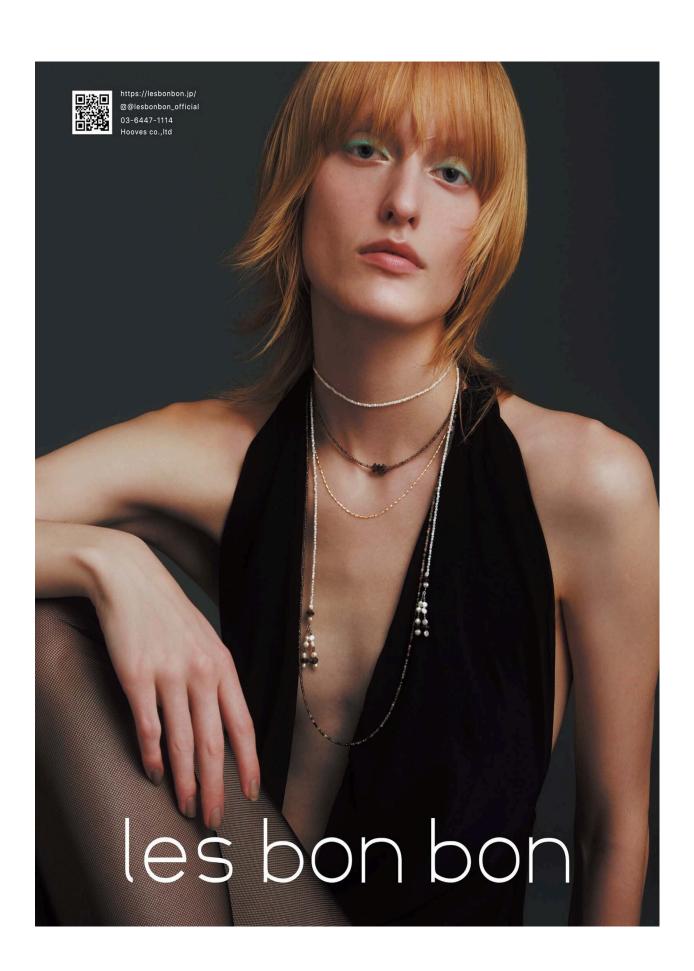
発行所　株式会社宝島社
〒102-8388　東京都千代田区一番町25番地
営業　03-3234-4621　編集　03-3239-1717
広告　tjad@takarajimasha.co.jp
https://tkj.jp
印刷・製本　大日本印刷株式会社
製版　株式会社千代田プリントメディア

編集協力　天野宏香　よしひろまさみち　杉森美佑
表紙デザイン　瀬田祐司（BRONCO Inc.）
デザイン　COSTA MESSA　Store inc
中山春奈　福本香織　今野亜理沙　本谷秀人
吉田貴雪　渡辺綾子　foucault&Co.
吉田弥緒　池田磨樹子　田沼広子

※本誌掲載商品の価格は、断りのある場合を除き、消費税込みで表示してあります。
※商品の価格は、2025年3月28日時点のものです。

今月号の付録に関するお問い合わせ先
otona MUSE 5月号　付録対応事務局
0120-108-280
受付時間　午前10時～午後5時（土・日・祝日を除く）
受付期間　2025年5月7日（水）まで

品質には万全を期しておりますが、万が一不良品がお手元に渡りました際には、良品と交換させていただきます。上記までお問い合わせください。

https://lesbonbon.jp/
@lesbonbon_official
03-6447-1114
Hooves co.,ltd
les bon bon

FASHION Volume.133

ファッションエディターTが選ぶ今月の買いっ！

貯金よりお買い物が大好きなファッションエディターTが、リアルに欲しい新作をご紹介するエディターズチョイス。今月はこちら！

illust:GRACE LEE

LOEWE

夏のカプセルコレクション「パウラズイビザ 2025」到来！

ファッショニスタの夏の風物詩ともいえるロエベの「パウラズイビザ」が今年も登場。このコレクションは、スペイン・イビザ島に実在した伝説のブティックであり、世界中のクリエイターやセレブリティ、ミュージシャンが通い、ファッションとカルチャーを牽引した特別な空間であった"パウラズ"の終わりなき夏のバイブスを反映。今回は心地よい日差しを浴びる穏やかな自然風景を意識したアーシーな色使いや、草花、ハチなどのモチーフが印象的。ラフィア素材のフォント トートのギンガムチェックは、ピクニックのテーブルクロスが着想源なんだとか。思わず笑顔になる今年の「パウラズイビザ」は、4月から発売スタート予定！

バッグ〈ロエベ フォント トート〉[H25.5×W30×D15cm]¥257,400※予定価格(ロエベ／ロエベ ジャパン クライアントサービス)

SAINT LAURENT

スマッシュHIT中のバッグに待望のスモールサイズ♡

収納力がありながら型崩れしにくい自立型、さらに両サイドのリボンを絞ってシェイプを変えて楽しめる仕様で、ショルダーバッグとしてはもちろんのこと、半分に折りたたんでクラッチのように抱えて持つこともできる「ジェイミー ショッピングバッグ」。ラージサイズが昨年発売されて以来、大きな反響を呼んでいるこのバッグに、今度はスモールサイズのブラックが仲間入り。コンパクトながらミニサイズのタブレット、ノートブック、水筒なども収納可能。そもそもサンローランのポション(巾着型)バッグは、ムッシュ イヴ・サンローランのミューズであるベティ・カトルーが、クラッチバッグやハンドバッグを身に着ける代わりにサンローランのシューズを入れるシルクの巾着袋を使用していたことから始まったのだとか。彼女のようにノンシャランなムードで持ち歩きたい。

バッグ〈ジェイミー ショッピングバッグ〉[H28×W29×D8cm]¥517,000(サンローラン バイ アンソニー・ヴァカレロ／サンローラン クライアントサービス)

KHAITE× Oliver Peoples

ケイト×オリバーピープルズに初のオプティカルスタイル登場

特徴的でありながらタイムレスなスタイル、上質な素材、比類なきクラフツマンシップへの共通のこだわりを通して、ヴィンテージのフォルムをアップデートするというビジョンがより明確になった今回のオリバーピープルズとケイトのコラボレーション「ケイト×オリバーピープルズ」。その新作コレクションには、サングラスの他に、初となるオプティカルスタイル3型が登場。1枚のレンズに複数の度数を設計したプログレッシブレンズでカスタマイズもできるそう。インパクトのあるアイウェアは、着こなしのアクセントに最適！

メガネフレーム〈1978RX〉¥54,780、モデル着用メガネフレーム〈1953RX〉¥58,410(共にオリバーピープルズ／ルックスオティカジャパン カスタマーサービス)

MESSIKA

トップディーバたちが愛するメシカのブレスレットが集結！

サブリナ・カーペンター、リアーナ、セレーナ・ゴメスなど、ディーバたちに絶大な人気を誇るパリのダイヤモンドジュエラー、メシカが、阪急うめだ本店で期間限定のブレスレットフェア「FIND YOUR MOVE!」を開催。メシカを象徴するアイコニックなムーヴモチーフのダイヤモンドジュエリーコレクションより、「ムーヴ リンク」「ムーヴ ロマーヌ」などメゾンを代表する最新コレクションのブレスレットが集結。ストラップが付け替えられる「マイ ムーヴ」コレクションからは、卓越したダイヤモンド職人の極める技術が光る繊細なチェーンタイプが国内初登場。他にも自分にぴったりのジュエリーが選べるスタイリングセッションなども開催予定！ ぜひ足を運んでみて。

ブレスレット〈マイ ムーヴ〉チェーン¥550,000、モチーフチャーム¥352,000(共にメシカ)

POP-UP INFO

4月23日(水)～4月29日(火)
@阪急うめだ本店 コトコトステージ5階

A.P.C.×ASICS

アー・ペー・セーとアシックスの大人気コラボ、今度はウェアも！

A.P.C.とASICSのコラボレーションが4月5日(土)発売に。新たに登場するコラボスニーカーは、2000年代のランニングシューズGEL-KAYANO 14がベースモデル。ホワイトを基調にメタリックシルバーの"ASICSストライプ"がアクセントになった春らしい1足に。それに加えて、注目したいのが初登場となるウェアライン。ウインドブレーカーやショートパンツといったスポーツ用ラインの他に、日常的に活躍するスポーティでモダンなアパレルウェア、ジムバッグなども展開。どのアイテムにもA.P.C.のAがASICSのAになったスペシャルなロゴが。今季トレンドのスポーティMIXにもピッタリなアイテム、ぜひ早めにチェックを。

スエットトップス¥39,600、スエットショートパンツ¥26,400、ジムバッグ[H22×W49.5×D7cm(実寸)]¥33,000(全てアー・ペー・セー アシックス／アー・ペー・セー カスタマーサービス)

BEAUTY Volume.133

ビューティエディターHが リアルに「欲しい!」今月のアイテム

毎月続々とリリースされる新作コスメたち。トレンドメイクとエイジングケアにアンテナを張るアラフォービューティエディターHが自身で試した中から、「これは！」というものをご紹介します♡

photo:ASA SATO illust:GRACE LEE

付属のブラシで塗り、しばらく置いてなじませるというスペシャルケアマスク。肌にハリが出て、ピカピカに生まれ変わるイメージ。少し値は張りますが、美容に対するモチベーションが格段にアップします。ザ・ファーミングマスク 50mL ¥41,800（ラ・メール・4/1発売）

これからの季節、日中の肌をケアしながらUV対策もできちゃうメイクアップベースが大活躍。毛穴やくすみをなめらかに整えてくれ、ファンデを塗った直後の仕上がりが長時間キープできる点も◎。グロウスキンヴェールUV SPF50・PA++++ 30mL ¥3,850（favs）

M・A・Cの新作リップは、名前の通り、ガラスのような輝きとツヤを放つグロス。ブロウにはプランパー効果があり、ぷっくり盛れる唇に。上から：リップガラス エアー ビヘイブド ¥3,740、リップガラス ブロウ ジンジャ ジンガー ¥4,180（共にM・A・C・4/4発売）

「UV エクスペール」から、これ以上ないUV対策アイテムが誕生。汗・水・こすれに素早く対応し、UVフィルムを復元してくれるので、しっかり肌を守れます。UV エクスペール エクストリーム シールド SPF50+・PA++++ 50mL ¥12,980（ランコム・4/18発売）

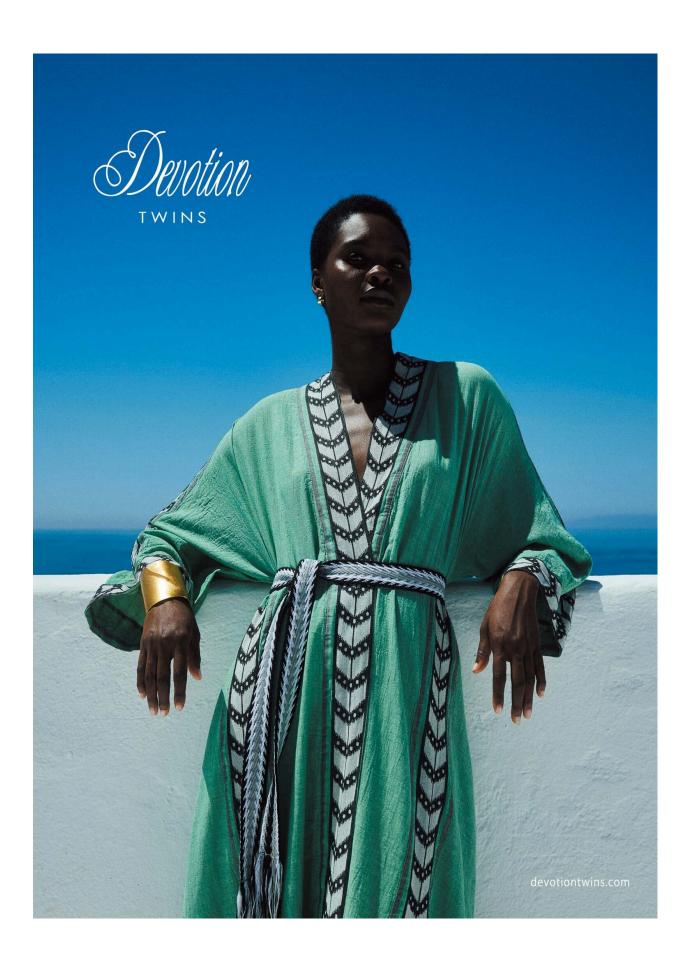
FLARUNÉアンバサダーであるSnow Man渡辺翔太さんがプロデュースしたリップクリーム。人気のリップバーの保湿力をさらにアップ、爽やかなシトラスの香りにパッケージなどこだわり満載の1本です。フラルネ リップバー SP ¥2,750（アルビオン・4/1限定発売）

過度な刺激を与えないWスクラブと、汚れや老廃物を吸着するクレイを含んだペーストが、くすみや毛穴の黒ずみといった、手強い大人の肌悩みを一気に解決！ しっかり落として、しっかり磨き上げましょ！ クリアリング スクラブ 100g ¥4,950（SUQQU・4/4発売）

血色を足すためだけでなく、他にも美肌を演出する機能があれば……という思いから生まれた新発想のチーク。毛穴レスの愛されフェイスを作ります。右から：フジコ メロメロチーク 01 メロメロピーチ、同 02 メロメロピンク 各¥1,760（共にかならぼ・4/3発売）

マルチに使える、天然由来成分100%のカラースティックに注目。フォトグラファー花盛友里さんとのコラボカラーは"わたし"を大切に想う気持ちを表現したピーチベージュカラー。ナナチュラル カラースティック N04 わたし ¥2,900（メディアジーン・数量限定品）

くずれ防止下地がますます進化！ 見事に皮脂テカリからも乾燥感からもプロテクト。全4色で、オススメはくすみをカバーするラベンダー。プリマヴィスタ スキンプロテクトベース 皮脂くずれ防止 UV50 EX SPF50・PA+++ ラベンダー ¥3,080※編集部調べ（花王・4/12発売）

リッチでインパクト大な「トリニティ」、私好みよ！

CARTIER

「トリニティ」

愛用しているカルティエのジュエリーは幾つかあるけれど、「血統書付きの動物が好き♡」という安西さんは、イエローゴールドとホワイトゴールドを多頭飼いしているパンテール（豹）リングの出番が一番多いそう。そんな彼女が、昨年100周年を迎えたメゾンを代表する3連リングの『トリニティ』の新作にロックオンされたというんです。「タイムレスな魅力を持つ『トリニティ』だけど、なかなか手にする機会がなかったんだよね。それが……豹、トラ、ヘビの動物のモチーフが3環それぞれに描かれた私の好みど真ん中なコが登場したの！ ハードに見えるけれど、さすがそこはカルティエ様。身につけるとすごくエレガント。発売から話題になっているクッションシェイプの新作もイイ。パヴェダイヤのリングやユニークなデザインのブレスレットはリッチながらも、意外とどんなスタイルにも合わせやすいと思うの。スポーティな洋服にサラッと合わせたら素敵だよね。ミューズ読者の皆様には、こんなひとクセある『トリニティ』を楽しんでほしいな」

右上から時計回り：〈トリニティ〉リング［WG×PG×YG×DIA×ブラックラッカー］¥2,547,600、同 クッションシェイプリング［WG×PG×YG×DIA］¥2,890,800、同 クッションシェイプブレスレット［WG×PG×YG］ ¥874,500（全てカルティエ／カルティエ カスタマー サービスセンター）

Bling! Bling! COZ vol.8

スタイリスト
安西こずえの今月のヒカリモノ♡

輝くジュエリーをこよなく愛すスタイリストの安西こずえさんに、ミューズ読者へオススメしたい旬なアイテムを教えてもらう連載。今月は老若男女のitブランド、カルティエの新作をフィーチャー。

photograph:HIDETAKE NISHIHARA[TENT](still), TISCH[MARE](COZ)
styling:KOZUE ANZAI edit:HIROKA AMANO

素材の略号：WG=ホワイトゴールド、PG=ピンクゴールド、YG=イエローゴールド、DIA=ダイヤモンド

Profile_あんざいこずえ／卓越したセンスで女性誌だけでなく、メンズも手がける大人気敏腕スタイリスト。明るく気さくな人柄にも多くのファンが！ カシミアニットブランドとの「COZ manufactured byWRAPINKNOT」の他、ブランドコラボレーションも多数。@cozcozrin

What's Next?

次号6月号の付録紹介

2024年6月号付録で即完売したあのサングラスがパワーアップして再登場。紫外線とブルーライトをカットしながら、小顔見えまで!? 日差しが気になるこれからの季節のお供に、ゲットしておいて損はなし！

photo ISEKI

※サングラス以外は付録に含まれません

ヘア&メイクアップアーティスト 河北裕介さん監修

“もっと”小顔に見える! 調光サングラス

ヘア&メイクアップアーティスト
河北裕介

昨年同様に小顔見せはもちろん、少しリムのサイズを大きくしてミューズ世代が気になるシミや肝斑が目立つ部分をしっかりカバーできるようにしています。レンズの色も肌の透明感が上がって見えるブルーに。どんなシーンでも楽しめるデザインなので、今年の夏もしっかり目元をこのサングラスで守って、楽しんでください！

昨年発売後即完売した サングラスが進化して復活!

伝説のアイテムの復刻版となる今回は、ウェリントン型のフレームに、肌が明るく見えるブルーレンズを採用。紫外線とブルーライトカットに加え、調光機能まで！ 室内でも屋外でもかけ外しをする手間なく使えます。おしゃれと機能性を兼ね備えた、今の気分にぴったりな1本！
※紫外線カット率99%（国内検査機関にてサンプル品を検査した数値です）

＼ 紫外線に反応してレンズが濃くなる調光機能! ／

テンプルの内側にはさりげなく「EYE PROTECT YOU」のメッセージが入っています。ブランドロゴのようなちょっとしたポイントに。

Zoom-up!
◀◀◀

After

紫外線に当たるとレンズの色が濃いグレーに変化。紫外線を99%カットしてくれるので、日差しが強くなるこれからの季節にもぴったり！

Before

かけるだけでアクセントになるブルーレンズには、肌の透明感を引き出し顔色をトーンアップして見せてくれる効果も。

MODEL'S SNAP!

男女問わず使える大きめのウェリントン型フレームで、「誰にでも似合う！」と撮影現場で話題を集めたこちらのサングラス。ニュアンスのあるカラーレンズが、かけるだけで洒落見えを実現！

YOUNA

「レンズの色が洒落てる！」とヨンアさんからもお墨付き。ブルーレンズはかけるだけで肌が明るく見えますよ。
photo:YASUTOMO SAMPEI hair & make-up:RIKA SAGAWA

RENA

現場ではスタッフとかけあいっこをして大盛り上がり。誰でも玲奈さんみたいに洒落て見えるはず!?
photo:SHOHEI KANAYA
hair & make-up:KYOHEI SASAMOTO[ilumini.]

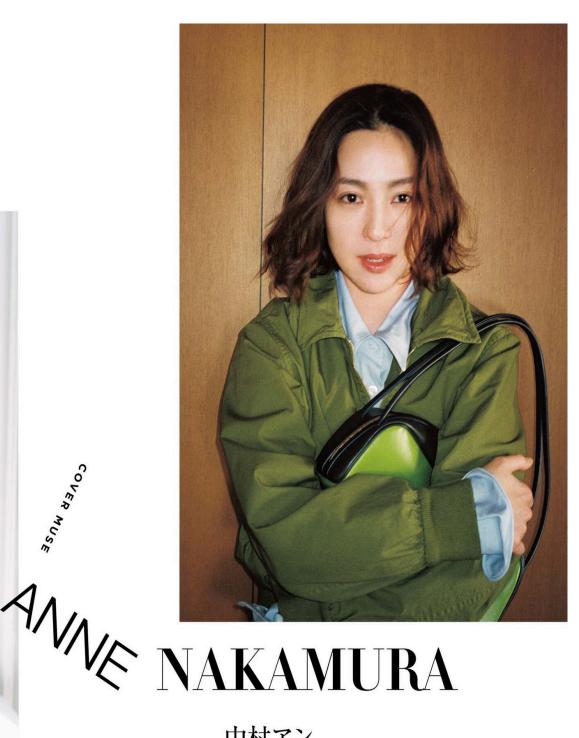
MAYUMI

真由美さんのくしゃっと無造作ヘアにもお似合いです。もともと小さい顔がさらに小さく見える！
photo:YASUHISA KIKUCHI[vale.] hair & make-up:AYA MURAKAMI

Check!
6月号の予約はこちらから
https://store.tkj.jp/shopdetail/000000019695

2025.4.28 Mon
Release!
※一部地域では発売日が異なります。

COVER MUSE

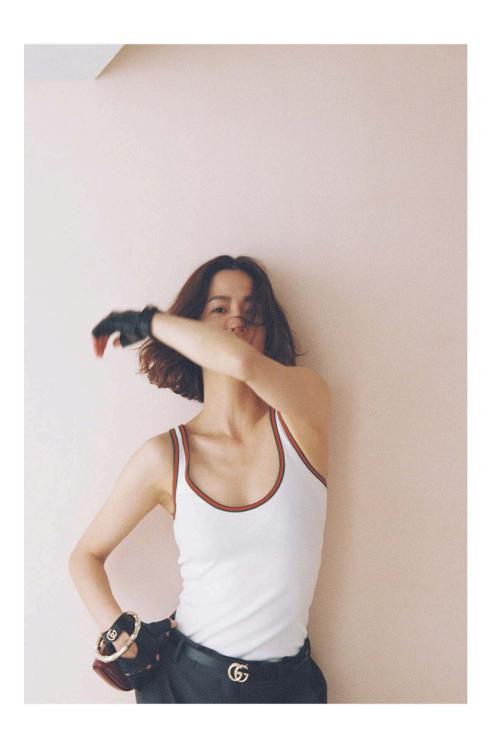
ANNE NAKAMURA

中村アン
スポーツ&アウトドア×ハイファッションの冒険

プラダのアノラックにロエベのスニーカー、グッチのタンクトップetc.。今シーズンはラグジュアリーブランドからもスポーツ&アウトドアのエッセンスを感じさせるアイテムが続々登場。今月のカバーストーリーでは、そんなキャッチーでパワフルなルックを、中村アンさんがヘルシーかつモードに着こなします。欲しいものだらけで困る！

photograph:ITTETSU MATSUOKA styling:KEITA IZUKA hair & make-up:AIKO TOKASHIKI model:ANNE NAKAMURA

【右ページ】 ジップアップアノラック¥506,000、ワイヤー入りシャツ ※参考色¥170,500、ボウリングバッグ[プラダ スイング]¥522,500 ※全て予定価格(全てプラダ/プラダ クライアントサービス)
【左ページ】 ドレープ ジャケット¥801,900、クロップド ドレープ トラウザーズ¥866,800(共にロエベ/ロエベ ジャパン クライアントサービス)

ロングカーディガン¥423,500、ニット¥200,200、ショートパンツ¥162,800、ソックス¥207,900、ブーツ¥225,500（全てフェンディ／フェンディ ジャパン）

Usedのトレンチコート¥88,000（イッセイ ミヤケ）、Usedのスニーカー¥22,000（Y-3／共にk8taondamic.com）、その他スタイリスト私物

タンクトップ¥90,200、ワイドトラウザー¥253,000、Double G ベルト¥59,400、ドライビンググローブ¥115,500、バンブーハンドルバッグ¥594,000（全てグッチ／グッチ クライアントサービス）

INTERVIEW

ANNE NAKAMURA

ここからは、中村アンさんのインタビューをお届けします。
ミューズ世代ど真ん中、37歳の彼女の心やからだの変化について、
そして仕事への向き合い方について、率直に語っていただきました。

interview & text:HAZUKI NAGAMINE

ゆっくりと過ごす時間の中で新しい自分と出会いたい

30代半ばを過ぎてみると、心やからだに日々訪れる変化は緩やかに見えても、実際には鋭かったりもする。中村アンさんも転換期を迎えているひとりであり、仕事への向き合い方に始まり、ファッションにも如実に変化が表れて、断捨離を重ねるようになったそう。

「好きだったものが年齢を重ねるにつれて少しずつバランスをとるのが難しくなってきた実感があります。ここ数年は、30歳くらいのときに着ていた服がなんとなくしっくりこない。同時に似合わなかったものが似合うようにもなってきて、クローゼットを少しずつ入れ替え中です。〝手放すのはもったいない〟という物差しでは、選ぶ精度が鈍るので、執着はせずに。体形も少なからず変化しているから、ファッションも新陳代謝させていきたいですね」

スポーティなものがちょっと難しく感じていた、と中村さん。今回のスタイリングが攻略のヒントになったようで。

「例えば、ざっくりとしたトレンチコートにスニーカー、そこに赤い靴下。ちょっと大人の遊び心をきかせるのが自分的には新たな発見。ほんのりとした色っぽさがマッチしていて素敵。春になると私もトレンチコートを着たくなります。ただ、持っているのに登場回数でいえば少なくて、ジャケットやレザーのライダースだったり、丈が短いものがどうしても気軽で手に取ってしまう。でも、トレンチを着るとドラマチックな気分になれるというか、羽織るだけで雰囲気が味わえる。そういうのも込みで楽しみたい。積極的に着ていかないともったいないし」

最近は同系色のアイテムをレイヤードして着ることにハマっていて、そのキーアイテムとなるのがインティミッシミのインナー。

「ウルトラライトカシミヤシリーズのロンTインナーを6枚ぐらい色違いで買って、これがめっちゃ気持ちいいんです。インナーとしては安いものではないけれど、すごくいいので、会う人みんなにオススメしてます。他にもピエール マントゥーのソックスだったり、イタリアづいてますね(笑)」

断捨離がきっかけで、好きの密度が高まり、持っているものへの愛着も強くなった。

「何か買うときも、本当に欲しいと思ったら買う、迷ったらやめよう。そのくらいシンプルになりました。昔は迷ってもいつかは着るだろうと購入したけれど、経験上やっぱり着ないんですよね。靴を買っても、そんなにはく機会がないし。今は、手元に何があるのか把握できるくらいの物量が心地いいですし、新しいものを手に入れるなら、まずは一度すっきりさせて余白を作ってから。そうすると自分が何を好きかがクリアになってきたし、再確認できるようになりました。バッグにしても、クタクタしていい味が出た状態が好きで、わざわざ風や雨に当てたりするんです。ザ・ロウのマルゴーも、初期のアイテムなので現行のものより重くて硬い、でも私としては一番かっこよく見える。8年くらいかけて、やっと全体がこなれてきて、自分のスタイルにフィットするようになりました」

端から見ると、いつも活発で忙しそうなイメージがあった。ところが今は、立ち止まって、自分にフォーカスして、見つめ直す時間が増えてきた。これは、また少し変われるチャンスかもしれない、そんな予感もある。

「確かに(笑)。振り返ると常に動いていて、立ち止まっていなかったですよね。休みがあったとしても、ハードにトレーニングをしたり、何かしら動いているほうが好きだったし、それが落ち着くみたいなところもあって。今はたぶん、人生で一番、自分について考えているし、ゆっくりできる時間が増えました。楽しいし、心地がいいけれど、攻めの姿勢を忘れそうになってしまうときも年齢とともにちょっとあります。若さだけの勢いって確実にあって、しみじみとこれが丸くなるということなのかと感じながら。それでも、いざというときは『えい!』と飛び込む気持ちを忘れずにいたいですね」

理由や意味を模索しながらもの作りを重ねていきたい

4月スタートのWOWOW『連続ドラマW 災』では、捜査一課の刑事・堂本翠を演じる。寝食を忘れるほどの仕事中毒という点で親近感が湧いたという。

「翠は正義感が強く、とにかく犯人を見つけるために信念と熱量を持って捜査に向かう真っ直ぐな人。事件を追うのと同時に、常に『人は理由なく死なない』と考えている。今までに秘書や刑事、海上保安庁(の潜水士)などさまざまな役を演じてきたけれど、その中でも翠が最も仕事人間。その姿勢が分からなくもなくて、むしろ好きだなと思いながら演じました」

本作に限らずオファーをもらうたびに「なんで私なんだろう?」と頭をよぎるという。

「お芝居はもちろん、他のお仕事でもオファーをいただいた理由を知って、理解を深めてから臨みたい。納得しているかどうかって大事なこと。若いころはいただく仕事をこなしていくことで精一杯だったけれど、今は理由や意味を考えながら、もの作りをしている。面倒くさい人にはなりたくないですけど(笑)、どちらかといえば突き詰めたいタイプかもしれない。そう考えると、理由を求める翠の在り方、知りたがりな部分はすごく私と似ています。タイトルの『災』は、その字の通りで、災いは突然起こるもの。そのことを

普段は忘れがちだけど、いつ何時、どんなシチュエーションでも降りかかってくる可能性があることを痛感させられるドラマになっています」

中村さんの役者としての転機は２０１９年。ドラマ『グランメゾン東京』に出演したこと。

「連続ドラマから昨年のスペシャルドラマ、映画とご縁が続いている中で、長らく第一線で活躍されている錚々たるキャストとスタッフのお仕事ぶりは言葉にならないほど。この作品に出会って、役として感情を出すこと、お芝居の面白さが分かるようになってきたんです。それまではパブリックイメージの中村アンが先行して、それを求められて演じている感覚が常にあったんですね。髪をかきあげて、きらびやかな雰囲気というか。それこそ10年前に出演した作品では、お芝居が分からな過ぎて、キャストのみなさんの本当のすごさが当時は理解できていなかったと思います。今ならもっといろんなことを吸収できただろうなって。何事も本質に気づけるようになるためには、やっぱり時間がかかる。だからこそ続けていかないと。お芝居をしていると、今でも心臓がキュッとなるぐらい緊張したり、ハッと価値観が揺らいだり、たくさんの刺激を自分の人生以上に追体験できる。大人になって落ち込んだり、心がへし折られたり、みんなの前で大恥をかく機会は減るはずなのに、いまだにそれをやっていて、37歳になってもずっと部活をしている気分です。『あぁ、今日もできなかったな』と、壁にぶち当たるのが好きなんでしょうね」

生きてるって感じがする？

「そうそう、生きてるなって感じ(笑)。だからお芝居を続けているんでしょうね」

流されるのではなく、納得しながら自分のペースで人生を歩む。まさに30代の醍醐味。

「時間の使い方も経済面でも自立できているという点では、すごく自由です。30代半ばを過ぎて、やっと楽しめるようになった部分でもあります。旅行や買い物だったり、それこそ食事にしても。ガムシャラに働いていた時期を抜けて、余裕も生まれました。昔よりも人を頼ったり、甘えるのも少しは上手になっている気がします。なぜか自立した強いイメージを抱かれがちですが、別にひとりで人生を生きたいわけじゃなくて、ひとりよりは二人のほうが楽しいはずだし、自分のことだけで頑張るには限界もあれば、飽きちゃう部分もある。守りたいと思える人やものが増えたら、人生はもっと豊かになるだろうなって」

ドレープ ジャケット¥801,900、クロップド ドレープ トラウザーズ¥866,800、スニーカー¥137,500(全てロエベ／ロエベ ジャパン クライアントサービス)

Profile_中村アン(なかむら・あん)／1987年9月17日生まれ、東京都出身。直近の出演作に、ドラマ『約束 ～16年目の真実～』『青島くんはいじわる』、連続テレビ小説『おむすび』、映画『グランメゾン・パリ』など。4月6日より、出演するWOWOW『連続ドラマW 災』が放送・配信スタート(毎週日曜午後10時)。

まるでレイヤードしているような
デザインのショート丈ジャケット

MA-1のデザインをベースにしたショート丈ジャケット。一番のポイントはまるで重ね着しているかのように見える2レイヤー構造。同素材のパンツを合わせてセットアップとして着るもよし、我々の制服・デニムとの相性も抜群。

ジャケット[MET24 Short Jacket]¥19,800、パンツ[MET24 Relax Pants]¥16,500(共にニューバランスジャパンお客様相談室)、その他スタイリスト私物

New Balance MET24 with ANNE NAKAMURA

都市生活者のためのシティスペックウェア

ニューバランスから誕生した都市生活者のための服「MET24(メットトゥエンティフォー)」。アスレティックブランドらしい優れた機能性に加え、シンプルかつスタイリッシュなデザインに注目が集まっています。今回はオフィス対応も可能なジャケットのセットアップやクリーンなシャツドレスなど、私たちの日常にスッとなじむ4ルックをピックアップ。俳優・中村アンさんが洒落感たっぷりに着こなします。

photograph:ITTETSU MATSUOKA styling:KEITA IZUKA hair & make-up:AIKO TOKASHIKI model:ANNE NAKAMURA

about MET24

「都市生活者のためのシティスペックウェア」がコンセプトの、New Balanceから誕生したウェアラインが今回ご紹介する「MET24」。シンプルななかに光るディテールへのこだわり、そして、テクニカルな素材が叶える快適な着心地。仕事に遊びに子育てに…、毎日をアクティブに生きるミューズたちにぜひオススメしたいコレクションです。

1枚で3通りの着こなしが楽しめるシャツドレスでアクティブな毎日を

程よいシワ加工がちょうどいいヌケ感を演出するシャツドレス。ベルトの通し方をアレンジすることで3通りの着こなしが楽しめるデザインです。吸汗速乾・UPF40という機能をしっかりおさえたMET24らしい作りが嬉しい。

ドレス[MET24 Shirts Dress]¥18,7000、シューズ[U1906NA]¥19,800 ※4月中旬発売予定（共にニューバランスジャパンお客様相談室）、その他スタイリスト私物

今年の夏の相棒は、ハイスペックでグッドデザインなTシャツに決定！

ワードローブに色違いで揃えたくなるのは、こんな気のきいたデザインのTシャツ。もちろん機能性だって抜かりなし。優れた吸汗速乾性を発揮するテクノロジー「NB DRY」を採用、さらにUPF40+で夏の紫外線ダメージも軽減。

トップス[MET24 Sleeveless Tee]¥7,700 ※4月中旬発売予定、パンツ[MET24 Wide Cargo Pants]¥16,500(共にニューバランスジャパンお客様相談室)、その他スタイリスト私物

お仕事シーンは楽ちん&洒落見えが両立するこんなセットアップで快適に

高伸縮機能糸「TEXBRID®」を使用したオリジナル生地が快適な着心地を、ジャケットのサイドに入った深いスリットが洒落見えを叶えてくれる、才色兼備なセットアップ。洗濯機で洗えるというイージーケアも嬉しいポイント。

ジャケット[MET24 Women's Single Jacket]¥23,100、パンツ[MET24 Tuck Wide Pants]¥16,500、シューズ[Made in USA 990v6]¥39,600(全てニューバランスジャパンお客様相談室)、その他スタイリスト私物

お問い合わせ先　ニューバランスジャパンお客様相談室 0120-85-7120　ニューバランス公式オンラインストア https://shop.newbalance.jp/

Starring Fumi Nikaido

“A Hundred Thousand Hearts”

俳優とファッションの関係を見直し、新たな表情や一面を引き出すことを試みる連載「IN THE BACK」。
今回は動物愛護や環境保護など、社会貢献活動にも積極的に取り組む二階堂ふみさんと、
一時預かりで二階堂さんが保護しているカラちゃんに出演いただきました。

direction & make-up:UDA[mekashi project]
photograph:YUKI KUMAGAI
styling:TOMOKO KOJIMA
hair:YUSUKE MORIOKA[eight peace]
model:FUMI NIKAIDO
interview & text:MIYU SUGIMORI

ドレス¥104,500、カーディガン¥71,500、
ソックス※参考商品（全てイッセイミヤケ）、
手に持ったイチジクのオブジェ¥3,850（ソウス）

カーディガン¥208,000、トップス¥150,000（共にアン ドゥムルメステール／エム）

カーディガン¥208,000、トップス¥150,000、カフス¥61,000、スカート¥246,000、ネックレス¥199,000、レッグウォーマー¥8,600、シューズ¥145,000（全てアンドゥムルメステール／エム）

ドレス¥83,600（イッセイミヤケ）、
ネックレス¥3,190,000
（ミキモト クロムハーツ／
ミキモト カスタマーズ・サービスセンター、
クロムハーツ トーキョー）

BEHIND THE SCENES

ここでは連載のディレクションを務めるメイクアップアーティストのUDAさんと二階堂さんに、今回のクリエイティブのテーマであり、ふたりの共通点である"藤田嗣治"について語っていただきました。

視線の奥にある、強さと切なさが映し出す新たな表情

今回の「IN THE BACK」では、俳優の二階堂ふみさんを迎え、UDAさんが心に描く独自の世界観を深く掘り下げた。インスピレーション源となったのは、画家・藤田嗣治の作品《アンナ・ド・ノアイユの肖像》（1926年）で描かれている女性、アンナ・ド・ノアイユ。知性と野性が同居するような彼女の存在に、UDAさんは二階堂さんの持つ複雑な魅力を重ね合わせた。

「アンナ・ド・ノアイユを知ったのは、二階堂さんとの会話がきっかけでした。ある撮影でご一緒させていただいた際にアートや音楽の話になり、そのときに藤田嗣治が好きという話になりました。それを聞いた瞬間、腑に落ちる何かがあり、ぜひ二階堂さんに出演してくれないかと、その場でオファーさせていただきました。

一方、会話を進めていくなかで単純に藤田の作品をテーマにすることは安易な考えだと感じました。ただ、彼が描いた《アンナ・ド・ノアイユの肖像》（1926年）という肖像画が頭から離れず、調べてみると彼女は女流詩人で、パリの社交界の花形だった。ジャン・コクトーやマルセル・プルーストからも愛された彼女に、"サロンを開きたい"と言っていた二階堂さんが重なりました。

彼女と話していると、左脳的な理屈ではなく、もっと直感的で本能的な知性みたいなものを感じるんです。深層にアーティスト的な感覚を持つ人だなと思いました。藤田が描く女性の澄ましたような、でもどこか可愛げがあって、鋭さも感じる。その絶妙なバランスが、藤田の描くアンナとリンクする感覚がありました。

また、役者である彼女にとって、何を感じてここに立つのかが非常に重要だと感じました。だからこそ、二階堂さんが感情移入できる物語を共有することを大切にしました。彼女がどのように感じていたかは定かではありませんが、アンナ・ド・ノアイユという実在の女性に自身を重ね、今までとはまた違った新しい一面を引き出せたように思います。

今回の撮影では、アンナの肖像画からインスパイアされたカットも取り入れています。想いを寄せている人が手の届かないところに行ってしまって、それでもその人を追い続けてしまう。見えないものを見ようとする眼差しが、二階堂さんの眼差しとリンクしたんです。彼女の視線の奥にある強さと切なさが、写真に深みを与えてくれました」

Profile_UDA／大手化粧品会社にてPRやマーケティング、教育、店頭プロモーション等さまざまな業務に携わり、その後独立。現在は国内外のエディトリアル、コスメティック、ファッションのキャンペーン広告、ショーなどのメイクアップを担当。2021年に日本の季節にフォーカスした初の著書「kesho：化粧」（NORMAL）を刊行するなど、常に新しいアプローチを試みている。

Profile_二階堂ふみ／1994年生まれ、沖縄県出身。映画「ヒミズ」（2011年）で第68回ヴェネツィア国際映画祭における日本人初の新人賞を受賞し注目を集める。以降、映画・ドラマ・舞台で幅広く活躍し、高い演技力と存在感で主演、助演問わず多くの作品に出演。本年公開予定の映画「遠い山なみの光」では、繊細な心情表現に磨きをかけ、さらなる進化を見せる。

人と人とが直接向き合い、深く語り合うことの豊かさを感じた撮影でした

「テーマにあるアンナ・ド・ノアイユがサロンのオーナーだったことを伺って、私も30代の目標がサロンを開くことだったので、嬉しくなりました。撮影のなかで仮にその役割を担えたことも、とても楽しかったです」

二階堂さんが思い描くサロンは、特定の分野に縛られず、多様な視点が交わる場所だ。「ジャーナリストや俳優、学者など、異業種の方々が集まって対話を重ねることで、新しい発見が生まれるような場を作りたいんです。たとえば、日本にもかつて銀巴里といった文化交流の場があったことを、美輪明宏さんから伺ったことがあります。さまざまな文筆家やアーティストが集い、自由に意見を交わしていたという話がすごくロマンティックで面白く感じられて。デジタルが主流の今、対話の場がどんどん減っている気がします。だからこそ、誰もが自由に話し、偶然の出会いや議論が生まれるアナログな場を作りたいという思いが強くなりました」。人間への深い関心をもつ二階堂さんが藤田嗣治の作品に惹かれるのは、描かれるモデルたちの人間性の奥行きに繋がっているのかもしれない。

「藤田の絵は、単なる美しさだけでなく、被写体の背景や人生を感じさせる力があります。特に沖縄の文化を描いた作品に強く心を動かされました。明治政府によって禁止された、女性の手の甲に入れる針突（ハジチ）という入れ墨を描いた作品があるのですが、それをすごく丁寧に、愛情を持って表現しているんです。当時は美の基準が今よりも固定的だったはずなのに、彼は人種や文化を超えて、多様な美を肯定していた。100年前にそんな価値観を持っていたことに感動します。

また、撮影中私が感じたのは、UDAさんが色を通して私の人間性を見抜こうとしていることでした。メイクは単なる装飾ではなく、私という存在を深く掘り下げ、引き出される感覚がありました。まるで藤田が女性を描くときのような、細やかで愛情がこもっているかのように。撮影前にもたくさんお話しさせていただけて、改めて人と人とが直接向き合って、深く語り合うことの豊かさを感じられた撮影でした」

ドレス¥275,000※参考価格(ユークロニア)

本ページで出演している"鴉の政所"通称カラちゃんは、二階堂さんが一時保護をしていたわんちゃん。

SPORTY

スポーツ＆アウトドア
ミックスで洒落る！

2025年の春はラグジュアリーとアスレチックを自分らしくミックスした着こなしが大流行の兆し。そこで、今回は大人が都会的に着るスポーツ＆アウトドアスタイルを再定義。シティガールのための着こなし術をレクチャーします。

photograph:YASUHISA KIKUCHI[vale.](model), GETTY IMAGES, AFLO, SPOTLIGHT(runway & celeb)
styling:MAKIKO ITO hair & make-up:AYA MURAKAMI model:MAYUMI SADA

CHIC

スエットトップス¥41,800、スエットショートパンツ¥28,600（共にアー・ペー・セー アシックス／アー・ペー・セー カスタマーサービス）、トレンチコート¥20,900（ミラオーウェン／ミラ オーウェン ルミネ新宿2店）、ピアス¥67,500、ネックレス¥104,400（共にトムウッド／トムウッド 青山店）、バッグはスタイリスト私物

MIU MIU / THE ATTICO / VAQUERA / THE ATTICO / PRADA / LOEWE / LOEWE / KENT & CURWEN / CECILIE BAHNSEN / FENDI / BALENCIAGA / DIOR / GUCCI / DIOR / THE ATTICO / FERRAGAMO / RALPH LAUREN / THE ATTICO / BALENCIAGA / GANNI / LOUIS VUITTON / TOD'S / FENDI / DIOR / MIU MIU / STELLA McCARTNEY

LUXURY *loves* SPORT

今季のランウェイはデザイナーたちの
スポーツ＆アウトドアへの愛に溢れてる！

アーチェリーにインスパイアされたコレクションを披露したディオール、スポーツウェアをラグジュアリーにアップデートさせた着こなしで魅せたミュウミュウ、バレエの練習着に着想を得たフェラガモ、カクテルドレスにウィンドブレーカーを合わせたプラダ、レギンスパンツを装飾的なジャケットでマッシュアップしたルイ・ヴィトン、リアルクローズなポロシャツをキャットウォークに相応しい華やかなムードで登場させラルフローレン、レトロスニーカーをロマンティックな花柄ドレスに合わせたロエベ、ナイキのブラトップやスイムウェアをインに着たセンシュアルなルックが多くの女子の共感をさらったジ・アティコ……、例を挙げればきりがないくらい多くのデザイナーたちが、スポーツ＆アウトドア要素をミックスしたスタイリングを提案！ この影響で、これまでも人気だったこのテイストが、より洗練されネクストステージに進化。

Sara Legge

Yoyo Cao

on the
STREET

リアルストリートでは ミュウミュウが トレンドを牽引中！

コレクションのストリートスナップでは、数シーズン前からエディターやスタイリスト、インフルエンサーがこぞってスポーツ&アウトドアミックスを実践。目立って大人気なのは、やはりブームを牽引するミュウミュウのポロシャツやジップアップスエット。ミューズまわりのスタイリストにも"ミュウミュウ沼（あまりに欲しいものがあり過ぎて買い物がとまらない状態のこと）"にハマる人多数！

Copenhagen FW25 Fashion Week Street Snap

Masha Lobanova

Milano FW25 Fashion Week Street Snap

It GIRLS *also* LOVE *it!*

影響力絶大なItガールズたちも スポーツミックスがお好き♡

ヘイリー・ビーバー、BLACKPINK、TWICEなど、注目のItガールたちがこぞってスポーツブランドのキャンペーンに登場したり、アンバサダーになっているのもブームの要因のひとつ。彼女たちの影響でファッションとスポーツウェアの境目がなくなり、日常着でスポーツテイストを取り入れるなら、むしろスポーツブランドのものをピックアップしたい女子も急増中。

上：FILAのアンバサダーであるヘイリーは3月にコラボも発売（日本未発売）。キャンペーンビジュアルでは、実生活で1児の母となった彼女が、多忙な母親業に苦戦する様子が描かれ話題に。FILAのアイテムを取り入れた私服姿もたびたび目撃されていている。

Hailey Bieber

BLACKPINK Jisoo

TWICE Momo

右上：PUMA のグローバルブランドアンバサダーを務めるBLACKPINKロゼ。写真はデュア・リパと一緒に登場したスピードキャットのキャンペーンビジュアル。今、彼女の影響でPUMAをはく女子が急増中！ 右：TWICEのモモはオニツカタイガーのグローバルアンバサダー。左：BLACKPINKのジスは最新の空港ファッションで、ディオールのクチュールライクなウィンドブレーカーを着用。

THE SNAP

emmiデザイナー 木下沙理菜さん

フリーランスPR 森次まりなさん

フリーランスPR 上枝みどりさん

CITYSHOPショップスタッフ 波田桜子さん

RHC ロンハーマン ウィメンズバイヤー 青木玲子さん

クリエイティブディレクター／CITYSHOPコンセプター 片山久美子さん

TOKYO *upfront*

トレンドに敏感な 東京ファッショニスタも このブームに夢中

オトナミューズ公式ウェブの人気コンテンツ「365DAYS SNAP」や、誌面のスナップ企画に登場するブランドディレクターやPR、ショップスタッフの皆さまは、リアルブームの火付け役。いち早くトレンドをキャッチするすべに長けた彼女たちの着こなしをチェックすれば、何が流行っているか一目瞭然。モンベルやザ・ノース・フェイス、サロモンのスニーカーの登場頻度の高さたるや！

The Sporty Vibes

毎日のおしゃれにスポーティなマインドを

PART 1
styling lesson

大人のスポーツ&アウトドアミックス着こなしテク

おしゃれなスポーティ&アウトドアなアイテムが大豊作なシーズンだから、
コーディネートもいつもより冒険したい。そんな大人のシティガールのための、日常に溶け込む
スポーツ&アウトドアミックススタイルを大研究。注目アイテムの着こなし方をレクチャーします。

photograph:YASUHISA KIKUCHI[vale.](model), MAYA KAJITA[e7](still) GETTY IMAGES, AFLO, SPOTLIGHT(runway & celeb)
styling:MAKIKO ITO hair&make-up:AYA MURAKAMI model:MAYUMI SADA

Tシャツではなくシャツを合わせ、トラッドなムードに。色使いもシックなトーンでまとめ、ショートパンツ以外のアイテムはエレガントに。パールのネックレスだけ、あえて半分襟で隠し、ショートパンツのラフさとリンクさせて。ショートパンツ¥9,900(アー・ペー・セー アシックス／アー・ペー・セー カスタマーサービス)、シャツ¥37,400(アロー)、トップス¥24,200(カルバン・クライン／カルバン・クライン カスタマーサービス)、ネックレス¥56,100(ビジュードエム／ビジュードエム六本木ヒルズ)、バッグ¥90,200(メゾン カナウ／ヤマニ)、ブレスレット¥61,000、左手人さし指のリング¥270,400(共にトムウッド／トムウッド 青山店)

スポーツ＆アウトドアミックスで洒落る！

Nylon Short Pants

いつものスタイルに ボーイズ風味を加える新キャラ

シャカッとした質感と丈の短さでどのアイテムよりもスポーティな要素が強いナイロン素材のショートパンツは、ジャケットやシャツ、トレンチコートなど、トラッドを感じるアイテムとスタイリング。いつもよりコンサバに仕上げた中に、ラフさを1点投入くらいに考えるとちょうどいい！

OTHER OPTIONS

POINT

- ショートパンツは ベーシックカラー （地味色）を選んで
- 必ずシャツやジャケットなど、 トラッドなアイテムと 組み合わせる
- バッグやアクセサリーは、 エレガントなものを

INSPIRE

スポーティな アイテムは “ロイヤルに” 着こなすべし

スタイリスト伊東牧子さんの着想源はダイアナ元妃。彼女がジムや乗馬などに行くときのように、「カジュアルさ＝幼さ」に見せず、マチュアな女性があえて楽しんで着ている雰囲気を意識して。

ピンストライプ ジャケットを羽織って オムガールな ムードに仕上げて

1 真由美さんが右ページではいたショートパンツは、注目のアー・ペー・セー×アシックスコラボ。¥9,900（アー・ペー・セー アシックス／アー・ペー・セー カスタマーサービス）、**2** モードなトラックショーツはアレキサンダーワン。裾にさり気なく入ったツヤ消しのロゴもクール。¥85,800（アレキサンダーワン）、**3** ワッシャーな風合のナイロン素材にフラワーモチーフを連ねたロマンティックな1枚。長めの丈なら、太ももの露出も気にならないはず。¥119,000（セシリーバンセン／リステア）、**4** より“通”な着こなしを目指すなら、スポーツ&ライフスタイルブランドのショートパンツをチョイスするのも手。スポーティな雰囲気が強い分、パンプスやミュールなど女性らしい足元で、ファッショナブルに仕上げて。¥11,000（オークリー／ルックスオティカジャパン カスタマーサービス）

STYLING LESSON

シンプルで着回しやすい黒のショートパンツは、あえて1枚ではかずに白いショートパンツとレイヤード。コーデに複雑さをプラスすると、スポーティなショーツがファッショナブルに。ロゴものを多用しないことも、着こなしに洗練を宿すポイント。ショートパンツ¥23,100（オートリー／トヨダトレーディング プレスルーム）、中にはいた白いショートパンツ¥26,400（セオリー／リンク・セオリー・ジャパン）、ジャケット¥103,400（バウム・ウンド・ヘルガーデン／S&T）、タンクトップ¥11,000（TW）、キャップ¥38,500（ヤコブ コーエン／ヤコブ コーエン 東京ミッドタウン店）、ショルダーバッグ¥29,500（トゥティエ）、パンプス¥34,100（ファビオ ルスコーニ／伊勢丹新宿本店 本館2階 婦人靴）

Windbreaker

主役に躍り出たニューアイコンは
ヘルシーに女っぽく攻略！

ランニングやジムに行くときに着るようなスウィッシュなトレーニングウェアは、今シーズンの注目株。こんなスポーティ度の強いアイテムは、エレガントな素材でマッシュアップが鉄則。オーバーサイズめを選んでトップはボリュームをもたせ、ボトムはすっきりさせるとバランス◎。パンツだとメンズライクになり過ぎるので、艶やかな質感のロングスカートやドレスを合わせ、ヘルシーに女っぽく着こなしてみて！

グレートーンで全体をシックにまとめて。こういったトレーニングジャケットは裾が絞れるタイプも多いので、キュッとして、チラッと肌見せするのもヌケ感が出る着こなしテク。ウインドブレーカー¥15,400（オークリー／ルックスオティカジャパン カスタマーサービス）、スカート¥49,500（セオリー／リンク・セオリー・ジャパン）、ブーツ¥46,200（ファビオ ルスコーニ／伊勢丹新宿本店 本館2階 婦人靴）

スポーツ＆アウトドアミックスで洒落る！

Nylon Touch

ファッションブランド発の シックなアスレチックアイテムを狙え

ミュウミュウのプレッピーなスクールガールルックにジップブルゾンを合わせた着こなしに一目惚れした人は多いはず。そんなスタイルに挑戦するためにも、今シーズンは、シャカッとしたテック系素材の質感を取り入れたアイテムがマストバイ。ファッションブランド発のデザイン性が高いシックなものを狙って。

【モデル】配色がおしゃれなブルゾンは、合わせるアイテムをシンプルかつ女性らしさが際立つ質感に。ブルゾン¥25,300（トミー ジーンズ／トミー ヒルフィガー カスタマーサービス）、ドレス¥41,800（カルバン・クライン／カルバン・クライン カスタマーサービス）、バッグ¥113,300（リュニフォーム／リュニフォーム トウキョウ）、ピアス¥64,900（トムウッド／トムウッド 青山店）、サンダル¥132,000（フォルテ フォルテ／コロネット）、**1** ヘルシーな肌見せと、スポーティな素材感のバランスが◎。¥23,100（スタイリング/／スタイリング/ ルミネ新宿1店）、**2** シャーリングでシルエットが遊べるパンツは、明るいグレーが春夏に大活躍な予感。¥26,400（スタイリング/／スタイリング/ ルミネ新宿1店）、**3** フロントのロングタイを、いろいろな結び方でアレンジしたい。¥15,400（アディダス オリジナルス／アディダス コールセンター）、**4** 綺麗なグレージュに惹かれるブルゾンは、同素材のスカートとセットアップで着るとさらにモダンに。¥69,300（エステータ／オンワード樫山 お客様相談室）、**5** フェミニンなフォルムでテック系素材を取り入れるのもあり。腰回りのボリュームをおさえるよう計算されたデザインも秀逸。¥49,500（エステータ／オンワード樫山 お客様相談室）

Polo & Rugby Shirt

ポロ&ラガーシャツは旬なペアリングでスタイルを更新！

数シーズン前から注目株のポロ&ラガーシャツは、着こなし方が進化。シャツを中にレイヤードが鉄板だったけれど、この春はセンシュアルなレースとのコンビネーションが急浮上。一見するとマッチしないアイテム同士の組み合わせが、新鮮な化学反応を生んでいるので挑戦してみて！

ビッグサイズのポロシャツの中に潜ませたのは、パリのランジェリーブランド、ヤスミン エスラミのスリップドレス。ロングブーツで肌の透け感バランスを調整すると着こなしやすい。ポロシャツ¥24,200（アンスクリア／アマン）、中に着たスリップドレス¥49,500（ヤスミン エスラミ／ガブリエル ペコ）、バッグ¥231,000（リュニフォーム／リュニフォーム トウキョウ）、ネックレス¥28,300（portray jewelry）、ロングブーツ¥29,990（ザラ／ザラ カスタマーサービス）

スポーツ＆アウトドアミックスで洒落る！

POINT

- ✓ ややオーバーサイズをチョイス
- ✓ おしゃれに見える狙いめカラーは、グレー、ネイビー、ボルドー！
- ✓ ロゴは目立たないもののほうが洗練度UP

STYLING LESSON

ボーイズライクな色みで渋めに仕上げたスタイリングに、トレンドカラーでもあるバーガンディーのレーススカートをレイヤード。ハッとする女っぽさが薫りつつも、セクシーになりすぎないモダンさがあるところがポイント。この1枚があるかないかの差は大きい。ポロシャツ¥19,800（ナナミカ／ナナミカ D.W.S.）、レーススカート¥6,590（ザラ／ザラ カスタマーサービス）、スラックス¥17,600（コードエー／ワールド プレスインフォメーション）、バッグ¥79,200（メゾン カナウ／ヤマニ）、サンダル¥82,500（ペリーコ／アマン）

ボーダーポロやラガーシャツは、ついデニムでシンプルに仕上げがちだけど、裾からチラリとレースを覗かせてみて。スタイリングがグッと複雑みを増して脱ストリートに。レースは同系色を選んでなじませると◎。ラガーシャツ¥97,900（ヴィンス／コロネット）、レースタンクドレス¥40,000（アイレネ／リステア/アイレネ総合カスタマーサービス）、デニムパンツ¥30,800（カルバン・クライン／カルバン・クライン カスタマーサービス）、バッグ¥42,849（レクト／ムシンサ ジャパン）、ローファー¥34,100（ジーエイチバス／ジーエイチバス 東京）

レースパンツに同じくセンシュアルなスカートをレイヤード。クラシックなポロシャツ×メガネがインテリジェントなムードを演出。ポロシャツ¥17,600（ラコステ／ラコステお客様センター）、レーススカート¥31,900（アンスクリア／アマン）、レースパンツ¥64,900（ロゥタス／ロゥタスカスタマーサービス）、メガネ¥47,300（シェイディー キャラクター／プライベート アイズ アンド トラッカーズ）、バッグ¥43,500（トゥティエ）、バッグに付けたフラワーブローチ¥9,350（IRIS47／フーブス）、スリッポン¥12,980（ハルタ）

Sweat Tops

ノーマルなスエットから卒業、ジップアップとポロ型が大本命！

手軽にクールさとこなれ感を取り入れられるスポーティミックスコーデの人気アイテム、スエット。定番のオーバーサーズフーディやスエットパンツはもはや自分のものとしているであろう読者の皆さんは、ぜひ今季はジップアップブルゾンタイプやポロデザインのスエットに挑戦を。ジャケットやスラックス、かっちりめのバッグを合わせれば、スポーティシックなお仕事スタイルも完成。

OTHER OPTIONS

3　2　1

【モデル】カラーブロックがおしゃれなジップアップスエットは、マニッシュなボトムに合わせて。ブラウン、ネイビー、グレーといったトラッドさを感じる配色に。ハーフジップスエット¥30,800（シー／エスストア）、ハーフパンツ¥69,300※参考価格（6937／S&T）、ピアス¥87,000（カレワラ）、バッグ¥43,500（トゥティエ）、**1** ブルックリンを拠点とするアーティスト集団KIDSUPER STUDIOSとPUMAのコラボ。¥27,500（プーマ／プーマ お客様サービス）、**2** スタイリストやモデルなど、ファッショニスタが絶大な信頼を寄せるブランド、アンスクリアのポロスエットは、コンパクトなサイズ感で使いやすそうな1枚。¥24,200（アンスクリア／アマン）、**3** エンブレム調の刺繍が可愛いスポーティ&リッチのポロスエット。どんなボトムにも合わせやすい丈感が◎。¥40,700※参考価格（スポーティ&リッチ／ザ・ウォール ショールーム）

スポーツ&アウトドアミックスで洒落る！

Work Boots

今また可愛い！ティンバーランドとレッドウィング

アウトドアな要素を大人が街でファッショナブルに取り入れるなら、ブーツがイチオシ。なかでも我らにとっては懐かしくて、今また新しい気持ちになるティンバーランドとレッドウィングに注目。シンプルな着こなしの足元にサラッときかせて。

ブーツ¥28,600（ティンバーランド／VF ジャパン）、Tシャツ¥8,800、バッグ¥26,400（共にカルバン・クライン／カルバン・クライン カスタマーサービス）、スラックス¥57,200（バウム・ウンド・ヘルガーデン／S&T）、メガネ¥41,800（スプリング ストリングス／ショールーム シャルメール）

モードラバーのレッドウィング熱に火をつけたのは、フェンディの2025春夏コレクションで登場した「フェンディ アンド レッドウィング」のコラボシューズ。フェミニンなドレスなどに合わせた着こなしや、ソックス使いの妙まで秀逸。

STYLING LESSON

あえてレディなドレスに合わせてサラリとはきこなして

ドレス¥152,900（フォルテ フォルテ／コロネット）、腰に巻いたニット¥35,200（ウメダ／ウメダニット）、バッグ¥26,900（トゥティエ）、ブーツ¥51,150（レッドウィング／レッドウィング・ジャパン）、ネックレス¥32,000（quipqueint／フーブス）、ソックスはスタイリスト私物

OTHER OPTIONS

1 真由美さんのように、タン部分にパンツの裾をインしてチラッと見せるようにはくとおしゃれ。¥28,600（ティンバーランド／VF ジャパン）、2 ブラウンスエードのタッチが今の気分な1足。¥51,150（レッドウィング／レッドウィング・ジャパン）

PART 2
sneakers

2025年のスニーカー、買うなら何がいい？

スニーカーブームをまだまだ楽しむために、バリエーション豊かなデザインのなかから、次なる一手をリサーチ！ 今着たい服との関係性も含め、大人にジャストなモデルを、その道のプロであるスタイリストの福田麻衣さんにピックアップしてもらいました。これであなたもスニーカー迷子から脱出できるはず。

photograph:SHOHEI KANAYA(model), MAYA KAJITA[e7](still)　styling:MAI FUKUDA
hair & make-up:TOMOE NAKAYAMA　model:YU HIRUKAWA

スニーカーにインパクトがある分、ノーカラージャケットを羽織ったネオコンサバなスタイリングでバランス調整を。カジュアル過ぎない着こなしがポイントです。

着こなしPoint

RETRO CLASSIC

▶ 今っぽい足元を狙うならレトロクラシックにキマり

「90年代リバイバルの流れもあってか、レトロな顔立ちのスニーカーが続々と登場！ スポーツブランドにとどまらず、今季ラグジュアリーブランドが提案しているのもこのタイプで、今っぽさを意識するならぜひこちらを。ベーシックカラーを選ぶもよし、派手なカラーで主役にするのも全然アリです！」（福田さん・以下同）

ユウ着用

[**adidas Originals**]

レトロスニーカー流行りの火付け役となったアディダス オリジナルスのSAMBA。これから買うならロングタンのこちらを。[SAMBA LT W]¥16,500（アディダス オリジナルス／アディダス コールセンター）

ジャケット¥91,300（マレーラ／三喜商事）、トップス¥17,600（カルバン・クライン／カルバン・クライン カスタマーサービス）、パンツ¥52,800（ハイク／ボウルズ）、ネックレス¥20,900（マユ）、パールリング¥82,500、ダイヤリング¥319,000（共にマユオカマツ／全てマユ ショールーム）、バッグ¥105,600（ワイワイ／ロンハーマン）、ソックス¥2,640（ホイサム）

スポーツ＆アウトドアミックスで洒落る！

着こなしPoint

おなじみ過ぎるデニムの日こそ、流行りのスニーカーに頼るべし。さらには、シアートップスなどトレンド感強めのアイテムも投入。とことん鮮度を上げた着こなしを。

シアートップス¥18,700、ブラトップ¥22,000(共にヨー ビオトープ)、デニムパンツ¥42,900(ナカガミ／ナカガミラボラトリー)、ベルト¥58,300(デアンシェ／S&T)、ソックス※2P¥3,960(ブルーブルー／ハリウッド ランチ マーケット)、トートバッグ¥8,250(エル・エル・ビーン／エル・エル・ビーン カスタマーサービスセンター)

[New Balance]

ニューバランスから新たにレトロランシューが登場。メッシュとスエードのコンビが洒落てます。[471]¥13,970(ニューバランス／ニューバランスジャパンお客様相談室)

[REPRODUCTION OF FOUND]

上質なイタリアンレザーを使用。スポーティになり過ぎないところもよき。[GERMAN MIRITARY TRAINER]¥27,500(リプロダクション オブ ファウンド／アイファウンド)

[NIKE SPORTSWEAR]

学生時代にはいていたという人も多いのでは？ アイコニックなデザインが今逆に新鮮。[TL-1000]¥14,630(ナイキ スポーツウェア／NIKE カスタマーサービス)

[VEJA]

70年代のブラジルのバレーボールシューズにインスパイアされたデザイン。エコロジカルな素材にこだわっている点にも注目が集まっている。[VOLLEY SUEDE EGEE SUN]¥27,500(ヴェジャ／シードコーポレーション)

ジャケット¥58,300(ヨー ビオトープ)、ドレス¥62,700(テラ／ティースクエア プレスルーム)、ハット¥21,450(ロドリリオン／ネペンテス ウーマントウキョウ)、バッグ¥66,000(コチネッレ)、ソックス¥2,640(ホイサム)

着こなしPoint

コンパクトなスニーカーはちょいモードなスタイリングとも相性抜群。雰囲気を崩すことなくはけて◎。ロング丈のドレスやパンツから、チラリと覗くバランスを意識して。

ユウ
着用

[PUMA]

BLACKPINKのロゼなど、多くの海外セレブが着用したことで一躍イットスニーカーに。コンパクトなシルエットがポイント。[SPEEDCAT OG]¥14,300(プーマ／プーマ お客様サービス)

BALLET CORE

▶ バレエコア人気はスニーカーにも。裸足ではけて楽ちんです

「いつものスニーカーとひとあじ違う、バレエシューズのようなスニーカーも気になります。とはいえ、ミューズ世代がはくなら、フェミニンでいかにもなやつではなく、デザイン性のあるものがよろしいかと。意外と何にでも合わせやすいですよ！」

ヌケ感のあるデザインだから、モノトーンスタイルを軽やかな印象にシフトできます。サンダルのように裸足ではけるので、靴下問題に悩まされないところも嬉しい！

着こなしPoint

デニムジャケット¥53,900（ハイク／ボウルズ）、シャツ¥39,600（インディビジュアライズドシャツ／メイデン・カンパニー）、ハーフパンツ¥14,000（COS／COS 青山店）、イヤリング※シングル¥14,850（マユ／マユ ショールーム）

ユウ着用

[Tabi]

ユニークなルックスに惚れ惚れ。裸足で歩いているかのような軽快なはき心地はヤミツキに。[Tabi sandal]¥26,400（タビフットウェア／RHC ロンハーマン）

[NIKE SPORTSWEAR]

福田さんも狙っているこちら。おなじみのエアリフトはスエード素材で差をつけて。[NIKE AIR RIFT SDE]¥17,930（ナイキ スポーツウェア／NIKE カスタマーサービス）

[KEEN]

フィット感が調整できるストラップデザイン。アウトドアシーンでも活躍してくれそう。[HOODZERRA SANDAL]¥18,150（キーン／キーン・ジャパン合同会社）

[PUMA]

シンボリックなスパイクソールで注目を集めるモストロの新作。カラーリングもおしゃれ。[MOSTRO FEY LAUNCH]¥13,200（プーマ／プーマ お客様サービス）

スポーツ＆アウトドアミックスで洒落る！

ジャケット¥13,200、パンツ¥7,700（共にアウトドアプロダクツ／アウトドアプロダクツ ユージュアル シングス 中目黒）、キャップ¥8,580（ブルースセントリック／メイデン・カンパニー）、ソックス※2P¥3,960（ブルーブルー／ハリウッドランチ マーケット）

HIGH-TECH

▶ 頼りになるのは モードなムードではける ハイテクスニーカー

「はき心地を追求したことにより構築的に仕上がった本格派スニーカーは、なんだかんだ持っておくと便利。着用感はさることながら、スニーカーをはいているのにコーデがモダンに見えるところが最大の魅力かと。幅広いシーンに対応できるという点でも支持します」

[ECCO]

あらゆる地形で抜群の安定性を発揮する、頑丈なラバーアウトソールが特徴。[C-TRAIL W]¥33,000（エコー／エコー・ジャパン）

[Salomon]

メッシュで通気性がよく、真夏でも快適。あと、とんでもなく軽い！[UDARA ADVANCED]¥31,900（サロモン／サロモン コールセンター）

[ASICS]

さり気なく見えるピンクのミッドソールが♡。[GEL-KINETIC FLUENT]¥22,000（アシックス／アシックスジャパン カスタマーサポート部）

[New Balance]

フィットネスランニングシューズのハイブリッドモデル。[U740NC2]¥15,400（ニューバランス／ニューバランスジャパンお客様相談室）

[NIKE SPORTSWEAR]

構築的なソールデザインが目を引く大人気モデル。[W NIKE SHOX TL]¥26,730（ナイキ スポーツウェア／ナイキ カスタマーサービス）

[HOKA®]

スッキリとしたクリーンなアッパーとボリュームのあるソールが都会的。[PROJECT TRANSPORT]¥26,400（ホカ®／デッカーズジャパン）

ドレッシーなセットアップをハイテクスニーカーで程よくカジュアルダウンし、日常に引き寄せ。生真面目なジャケットスタイルやドレスのお相手にもオススメです。

着こなしPoint

[PUMA]

オーガニックな素材を使用したヴィーガン認証アイテム。疲れにくく、快適なはき心地が自慢。[オーキッド サンダル]¥11,000(プーマ/プーマ お客様サービス)

[YOAK]

全天候に対応可能なハイスペックモデルなら、タウンユースはもちろん、本格的なアウトドアシーンでも活躍してくれます。[JOURNEY]¥39,600(ヨーク/UTS PR)

DRESS SNEAKERS

コーデ全体を格上げするドレッシーなスニーカーを

「イタリアの上質な素材を使用したプレミアム感のあるスニーカー。グリッターの煌めきが、シンプルな装いを華やかに見せてくれるドレススニーカー的存在」

右から：[SK8 DELUXE HEEL]¥47,300、[SK8 DELUXE]¥47,300(共にクライム ロンドン/WAKO&CO)

[CRIME LONDON]

LACE UP

スニーカーだけど甘テンションではけるこちら!

「デイトのアイコンモデルFUGAの新作が可愛かったのでシェアします♡ ベロがなく、紐を足首に巻くバレリーナのようなスタイルのスニーカーは、ミニやショートパンツの相棒として」

[D.A.T.E]

[FUGA LOW BALLERINA BLACK]¥33,000(デイト/ティースクエア プレスルーム)

QUICKLACE

見た目も着脱もスマートなクイックレースがイチオシ

「アウトドア仕様のシューズに多くみられる、レバーを引くだけで簡単にレースアップができちゃうクイックレースを日常でも。紐がほどける心配もなく、フィット感もいい!」

[CONVERSE]

[ALL STAR LGCY HI]各¥13,200(共にコンバース/コンバースインフォメーションセンター)

COME BACK!

1970年代のあのオールスターを踏襲した新作が胸アツ!

「1970年代のオールスターのディテールを受け継ぐALL STER LGCYはクラシカルな佇まいがツボ。単なる復刻ではなく、現代のライフスタイルにフィットするように、新たなフラッグシップモデルとして登場!」

[HOKA®]

ホカ®のベストセラー。とにかく歩きやすく、360°に対応したリフレクターで利便性も考慮されている。[TRANSPORT]¥22,000(ホカ®/デッカーズジャパン)

[Salomon]

サロモンの定番モデルをアレンジし、防水性・耐候性を強化したパワフルな1足。[XT-PATHWAY GORE-TEX]¥23,100(サロモン/サロモン コールセンター)

SLIP ON

じわじわと人気を集めるスリッポンタイプも選択肢に

「地味に面倒臭いのがスニーカーの着脱。そのストレスを軽減してくれる意味でも、靴紐がゴムになっているものやスリッポンタイプを選ぶのも手です。靴を脱ぎはきする機会が多い、ママたちにも全力でオススメしたい」

上から：ゴムの靴紐で結び直したりする手間もなし。[HOTSHOT-PERFECT CHOICE]¥11,500(スケッチャーズ/スケッチャーズ ジャパンお客様コールセンター)、SAMBAと並んで人気が集中。[TEKONDO]¥15,400(アディダス オリジナルス/アディダス コールセンター)

[SKECHERS]

[adidas Originals]

スポーツ＆アウトドアミックスで洒落る！

ニット¥66,000(マイディ／ビオトープ)、スカート¥28,600(ヨー ビオトープ)、サングラス¥26,180(カリン／WTSROOM)

ストリートなムードが強いバッシュはスカートやドレスに合わせるのが最適解。あえて靴と服のテンションをズラすのが、おしゃれに見せるポイントです。

着こなしPoint

BASKETBALL SHOES

▶ バスケットシューズはブーツ感覚で取り入れたい！

「薄着になるにつれて、足元にボリューム感がほしくなる！ そんなときこそ、ブーツ並みの引き締め力がある肉厚なレザースニーカーを投入して。クラシカルなルックスも今の気分にマッチ」

[NIKE SPORTSWEAR]

正統派バスケットボールシューズはメンズにもファンが多い。[NIKE DUNK LOW RETRO]¥15,400(ナイキ スポーツウェア／NIKE カスタマーサービス)

[ASICS]

オールドスクールな佇まいながら、最新技術により長時間はいていても疲れない！[GEL-PTG MT]¥14,850(アシックス／アシックスジャパン カスタマーサポート部)

ユウ着用

[AUTRY]

上質で柔らかなスムースレザーを使用。程よいヴィンテージ感がたまりません。[MEDALIST MID]¥39,600(オートリー／トヨダトレーディング プレスルーム)

ビッグサイズのシャツとボリューミーなスニーカーで挟めば、大胆な脚出しもコワくない！ ギャップを出すことで華奢見せが叶うという訳です。これからの季節にぜひ！

着こなしPoint

ALL BLACK

▶ オールブラックの厚底が結局めちゃくちゃ使えます

「男女問わず、撮影現場ではいている率No.1。足元に重心がくることで、コーデのバランスが取りやすいんですよね。どんな服にも合わせやすく、密かにスタイルアップできちゃうのも嬉しい！」

[SKECHERS]

衝撃吸収性に優れたエアをミッドソールに搭載した実力派。[UNO CHAOS]¥21,890(スケッチャーズ／スケッチャーズ ジャパンお客様コールセンター)

[DIESEL]

美しい曲線にオーバルDロゴを組み込んだデザインは、他にないエッジのきいた存在感！[D-RUNNER]¥39,600(ディーゼル／ディーゼル ジャパン)

ユウ着用

[HOKA®]

撮影で実際にはいた游も「欲しい！」となったこちら。マットなオールブラックはオフィスにも対応。[BONDI SR]¥27,500(ホカ®／デッカーズジャパン)

シャツ¥7,920(アウトドアプロダクツ／アウトドアプロダクツ ユージュアル シングス 中目黒)、ネクタイ¥23,100(インディビジュアライズドアクセサリーズ／メイデン・カンパニー)、レギンス¥14,300(ゴールドウイン／ゴールドウイン カスタマーサービスセンター)、眼鏡¥52,140(オリバーピープルズ／ルックスオティカジャパン カスタマーサービス)、バッグ¥23,100(ロー ソウル)、時計¥8,800(カシオ クラシック／カシオ計算機 お客様相談室)、ソックス¥4,180(フォーガル／エンメ)

PART 3
shopping guide

スタイリストが溺愛！絶対使える機能性アイテム

常に読者の皆様の目線で旬の熱いアイテムをセレクトしてくれるミューズのスタイリストたち。敏腕な目利きたちがリアルバイしたいと考えている、洒落感と機能性を両立させたアイテムを徹底調査！ さすがとうなるアイテムの山。これぞ私たちの春のショッピングガイド、決定版です♡

photograph:MAYA KAJITA[e7] styling:MOMOKO HARADA

01 AKIKO KIZU

STYLIST
木津明子さん

profile_明るく朗らかな現場のムードメーカー木津さんは、実はモード系も強いマルチスタイリスト。プライベートではクライミングやスキー、キャンプなどを趣味とする生粋のアウトドア派。@akikokizu66

ブラ¥7,700、ショーツ¥4,950(共にアイスブレーカー／ゴールドウイン カスタマーサービスセンター)

ウインドブレーカー¥14,300(コトパクシ／アルコインターナショナル)

バックパック¥35,200(モノリス／モノリス アオヤマ)

コトパクシ cotopaxiのウインドブレーカー

「ありそうでないビビッドな配色に一目惚れ！コーデの差し色になるのはもちろん、普段車移動が多いので、これくらいの軽アウターが年間通して欠かせません。キャンプのときは遠くからでも目立って目印になりそう」

アイスブレーカー icebreakerのブラ&ショーツ

「メリノウール100%で、肌触りが最高♡ 冬は暖かく、吸湿性があるので夏は汗をかいてもサラッとドライな状態をキープしてくれて、とにかく気持ちいい。カラー展開も魅力で、展示会で新色が出ていると買い足しています」

モノリス MONOLITHのバックパック

「耐久性の高い素材、悪天候に対応する止水ファスナー、撥水加工や比翼仕様など徹底的に機能にこだわっているのに、いわゆるアウトドアなムードではなくスマートなデザインなのがお気に入り。毎日使いたい♡」

スポーツ＆アウトドアミックスで洒落る！

02 AIKA FUKUSHIMA

STYLIST
福島あいかさん

profile_小誌では「先生」としておなじみの白幡啓さんに師事。今の気分をスタイリッシュに昇華させるテクニックに、ブランドからオファーが絶えない、超売れっ子スタイリスト。@__fukutaro

emmi(エミ)の撥水トレンチコート

「袖に丸みのあるラグランスリーブで、襟元をぐっと立てて着ることができたり、スタイリッシュなコートなのに、撥水機能があるってことにびっくり。こういう普通に着たいなって手に取ったものに、思いがけなく機能があるとテンションが上がりますよね」

トレンチコート¥39,600（エミ／エミ ニュウマン新宿店）

emmi(エミ)×IPSA(イプサ)コラボのセットアップ

「ここ数年ピラティスを継続していて、快適なウェアが必須。これはUVカット、吸湿速乾、ハイストレッチなどの素材の機能性はもちろん、ロゴのシルバーの部分が立体的で好きなポイント。肌なじみ&肌触りも最高です！」

トップス¥9,900、レギンス¥11,990（共にエミ／エミ ニュウマン新宿店）

RAINS(レインズ)のもこもこバッグ

「これも実は撥水機能付きなんです。枕みたいなフォルムが可愛くて、かつ軽量。旅行のときなんかに便利なんですよね。これは秋冬のアイテムなので、また今季の新作も楽しみです」

ボストンバッグ¥23,100（レインズ／ブルーベル・ジャパン）

HYKE(ハイク)のフーディ

「梅雨時期に便利な蒸れにくいナイロン素材のフーディ。かぶりなのも洒落てますよね。どんなボトムにも合わせやすいし、ユニセックスなのでパートナーと共用できる点もオススメです」

フーディ¥71,500（ハイク／ボウルズ）

03 YASUKO ISHIZEKI

STYLIST
石関靖子さん

profile_トラッドから大人のカジュアルスタイルまで、スタイリングの幅の広さはピカイチ。どこか女らしいコーデがお得意のゼキさん。あまりに優しく、編集部一同つい頼ってしまう存在です。@zekikoyasuko

WILD THINGS×SHINZONE(ワイルドシングス × シンゾーン)のサコッシュ

「アウトドアブランド、ワイルドシングスのシンゾーン別注です。ショートパンツ、バッグ共にジャケットスタイルにも合わせられそうな洗練されたデザインにグッときちゃいました」

ショルダーバッグ¥5,830（ワイルドシングス × シンゾーン／シンゾーン表参道本店）

WILD THINGS×SHINZONE(ワイルドシングス × シンゾーン)のクライミングショーツ

「サラッとしたドライな素材感で真夏でもはけちゃうし、今の時期ならレギンスとレイヤードしたりしても。これもジャケットとスタイリングしたくなりますね」

ハーフパンツ¥17,600（ワイルドシングス × シンゾーン／シンゾーン 表参道本店）

サロモン
Salomonのトレッキングシューズ

「このブラウンとイエローの配色が可愛くて、プレスルームでキュンとしました。タウンユースもできるし、もちろんキャンプや山歩きのお供にするつもり。ガシガシはきたいなって思ってます」

スニーカー¥25,300(サロモン／サロモン コールセンター)

アイスブレーカー
icebreakerのタンクトップ&ショーツ

「長年愛用しまくっている(笑)、超推しの名品。カップ付きキャミ、ショーツに加え、他のインナーもたくさん持っています。メリノウールは通気性、保温性に優れていて消臭効果もあるので、アウトドアに最高。しかもアイスブレーカーのは肌触りが素晴らしい！ 長く使えるので結果コスパがいいなって思います」

カップ付きキャミ¥15,400、ショーツ¥4,950(共にアイスブレーカー／ゴールドウイン カスタマーサービスセンター)

04 CHIAKI FURUTA

STYLIST
古田千晶さん

profile_オトナミューズな人ってどんな人だろうと考えたときに真っ先に思い浮かぶ古田さん。常におしゃれでハッピーで饒舌で♡ その存在そのままのスタイリングにファン多数。@furutachiaki

ブルゾン¥36,300(ミレー／ミレー・マウンテン・グループ・ジャパン カスタマーサービス)

真っ白が使いやすいの！

ミレー
MILLETのジップブルゾン

「防水性、透湿性、保温性、通気性あり。ヌケ感が出るような気がして、このホワイトがお気に入り。冬の間はこれにジャケットやコートを上に羽織ってレイヤードしてます♡ 軽くて、快適、雨の日も安心！」

05 MAKIKO ITO

STYLIST
伊東牧子さん

profile_ちょっとエロくてチャーミングなスタイリングが真骨頂の牧ちゃん。ミューズ界隈では断トツのミーハー度の高さでフレッシュなアイテムをキャッチアップしてくれます。
@makichan.com222

イエローブーツ¥28,600(ティンバーランド／VF ジャパン)

今年こそ買います♡

ティンバーランド
Timberlandのイエローブーツ

「ティンバーランドの定番、通称イエローブーツはアッパーに防水加工、アイレットには防サビ加工が施されているタフな作り。フィジカル強めで頼れる存在になりそう♡ 私はシルクやレースのマキシドレスなど真逆のアイテムに合わせてミックス感を楽しみたいです！」

カルバン・クライン
Calvin Kleinのボディシェイパー

「ボトムを合わせれば、そのまま街に繰り出せるおしゃれボディシェイパー。今はダボッとオーバーサイズなボトムをはきたいので、ウエストをこれでギュン！ と締めて。華奢なコが彼のブカブカなボトムを借りちゃったみたいなイメージでコーデしたい」

ボディシェイパー¥17,600(カルバン・クライン アンダーウェア／カルバン・クライン カスタマーサービス)

サボサンダル¥35,200(パープレッド)

パープレッド
Purpredのサボサンダル

「毎年梅雨が近くなると、ここのレインブーツを買おうと決心するのになぜか未だに買えておらず、いっそサボサンダルを買っちゃおうかなと。モード感もあるし、防水&撥水加工されているので、デイリーに汚れを気にせずはけちゃいそうな所が好き。1年中使えそうです」

スポーツ＆アウトドアミックスで洒落る！

06 KAORI HIGUCHI

STYLIST

樋口かほりさん

profile_オトナミューズのカジュアル番長、樋口さん。シンプルなアイテムを女性らしくスタイリングする名手。毎号樋口さんのスタイリングは読者の高い人気を集めています。

LE PHIL（ル フィル）のシャツ＆パンツ

「高機能でスポーティなデザインのモノって、大人にはスタイリングが難しいなと思わせちゃうこともありますよね。ル フィルのアイテムは防シワや高ストレッチなどの機能性素材を使いつつもモードなデザインに落とし込んでいるものが多く、ミューズの年齢層にも着やすいアイテムが多くて最近注目しています」

シャツ¥31,900、パンツ¥28,600（共にル フィル／ル フィル ニュウマン 新宿店）

Salomon（サロモン）のスニーカー

「いわゆるダッド系の高機能スニーカーのなかでもサロモンは、カラーリングが落ち着いていて洒落ているものが多くて好き！ シンプルなスタイリングのアクセントにもなるし、何よりこのはき心地はやみつきになりますよね」

スニーカー¥24,200（サロモン／サロモン コールセンター）

HYKE（ハイク）のロングコート

「ハイクで定番的に発売されているコートで、何年も前に購入してずっと愛用しています。バサッと着るだけでもシルエットがキマり、なおかつ防水加工、吸湿性のある素材で梅雨時期でも快適に過ごせ、数年たってもキレイなまま！ 耐久性もあるし、最高なんですよ」

ロングコート¥96,800（ハイク／ボウルズ）

07 KASUMI KATO

STYLIST

加藤かすみさん

profile_創刊時からの看板スタイリストであり、現在のオトナミューズ的スタイリングを生み出したのは加藤さんと言っても過言ではありません。女らしさとラフさの絶妙なバランス感は唯一無二。@katokasu

THIRD MAGAZINE（サード マガジン）のトートバッグ

「書類やPCの持ち運びに便利なトートバッグはナイロン製で撥水加工してあるので、お仕事シーンにはもちろんママたちにオススメ。学校関連のお出かけにはこういったバッグは必須ですよね。ミニマルなデザインなのもいい！」

トートバッグ¥8,800（サード マガジン）

THIRD MAGAZINE（サード マガジン）のオールインワン

「撥水素材で仕立てられたオールインワンで、コットンのような風合いなのに汚れにくい嬉しい1着。そのまま着ても可愛いし、Tシャツに合わせて袖をウエストでぎゅっと結んでもいいし。子どもと遊びに行くときなどに便利！」

オールインワン¥44,000（サード マガジン）

エンライドレインパンツ¥33,000（ザ・ノース・フェイス／ゴールドウイン カスタマーサービスセンター）

THE NORTH FACEのエンライドレインパンツ

「引き裂き強度の高い生地の防水パンツで、特に自転車に乗っているときの擦れや巻き込みに強い点が最大の魅力です。急な雨にも強いし、お子さんの送迎で自転車必須な皆さんにぜひチェックして欲しい名品なの」

EuroSCHIRMのライトフレックスアンブレラ

「雨天兼用の傘で、紫外線保護指数が50+という高い数値。軽量で耐久性があり、撮影のときにも便利かつ、もちろんプライベートでも活躍してくれそうで車に積んでおこうかなって思っています。日傘でこういうタフなデザインなかなか見つけにくいので、これはヒットです」

スイングライトフレックスアンブレラ¥9,020（ユーロシルム）

08 ERINA KAWASE

STYLIST
川瀬英里奈さん

profile_加藤かすみさんに師事後、独立しファッション誌を中心に幅広く活躍中。会社員経験もあることから、読者の皆さんの目線と近いモノ選びが真骨頂。爆買い女王でもあります。@erina_kawase

THIRD MAGAZINE × KATHARINE HAMNETTのブルゾン

「90年代に発売されたハイネックジャケットを表地はワッシャーによるヴィンテージ感が特徴のリサイクルナイロン、裏地のメッシュもリサイクル素材。リブ部分のコットンはオーガニックを使用するなど、環境に配慮された素材でファッション性、機能性も追求している点が推せます♡」

ブルゾン¥59,400（サード マガジン × キャサリン・ハムネット／サードマガジン）

09 MAI FUKUDA

STYLIST
福田麻衣さん

profile_アウトドア&ストリート系ブランドやアイテムに強く、広告ビジュアルなども多数手がける。ミューズ世代ど真ん中で、大人が無理なく着られる上質なアウトドアアイテムを見つけてくれる唯一無二の存在。

フライトベストポンチョ¥52,800（オークリー）

OAKLEYのフライトベストポンチョ

「軽くて通気性に優れたパワーメッシュと、高い耐久性を誇るナイロンを組み合わせた高機能素材を使用したコンバーチブルベスト。水筒を収納できるポケットがあったり、とにかく収納力が半端なく、フリーハンズでお出かけできちゃいます」

10 SAORI OYAMADA

STYLIST
小山田早織さん

profile_女性誌をはじめテレビでも大活躍中の小山田さん。コラボアイテムも人気で、さまざまなブランドからのオファーが絶えない人気者。整理術にもファンが多い。@saorioyamada

ワイドストレートデニム¥9,990（アンフィーロ／オンワード樫山）

ありそうでなかった
撥水デニム

UNFILOのワイドストレートデニム

「撥水&ストレッチという、デイリーにデニムを愛用する我々にとってかなり嬉しい機能付きの1本なんです。もちろん自宅で洗濯可能。生地自体にも適度なハリと柔らかさがあり、お仕事シーンでも着られそうなキレイめシルエットなのも嬉しい！」

OMEGAのスピードマスタームーンウオッチ

「時計こそ、まさに機能性の塊のようなもの。さまざまな気圧に耐えられたり、防水だったり。ちょっとしたアウトドアであれば対応できる点も、改めて素晴らしいなと。このスピードマスターはデザインのクールさも含め、デイリーに使いやすい名品だなと思っています」

スピードマスター ムーンウオッチ¥1,078,000（オメガ）

ATONのトラベルナイロンガスコート

「極細のナイロンを高密度に織ったナイロンタフタ素材を使用しているそうで、上品なハリ感があり、着たときのシルエットが洒落てるんです。パッカブル仕様で、軽量かつ耐久強撥水で梅雨時期やアウトドア用に持っておきたい！」

ナイロンコート¥79,200（エイトン／エイトン青山）

オーエーオー
OAOの厚底スニーカー

「プラス料金で撥水加工してもらえるサービスが◎。歩きやすくて、ついこればかりはいてます」[編集H]¥46,200(オーエーオー)

エーグル
AIGLEのレインブーツ

「サイドゴアブーツの感覚ではけるので、雨の日以外も愛用しています。私は小柄だから厚底タイプはスタイルアップできて好きなんです」[編集H]¥20,900（エーグル／エーグル カスタマーサービス）

子どもも大きくなり買うものも変化してます

保育園ママのお役立ちアイテムばかり！

編集 K
4月から小学6年生の女児の母。娘は夜遅くまで通塾中で、夜のお迎えが毎日の大仕事。

編集 H
4歳になる男児の母。保育園まで緑道を通る通園時間の、紫外線や虫刺されが春夏の敵。

ザ・ノース・フェイス
THE NORTH FACEのサロペット

「真夏の公園遊びには必須かなと。ウェアで防虫対策できるなんて最高！」[編集H]¥24,200（ザ・ノース・フェイス／ゴールドウイン カスタマーサービスセンター）

otonaMUSE ママ編集HとKの激推し7アイテム！

編集H　今は保育園の子どもの送り迎えが地味に毎日の大仕事なので、脱ぎはきしやすいショート丈のレインブーツや、撥水加工したスニーカーが必須アイテム。ついつい買い集めちゃいます。
編集K　Hちゃんが選んだレインブーツもスニーカーもモード感あるデザインで、服と合わせやすくて可愛いね。私はL.L.Beanのローファーが歩きやすくて最高な上に、防臭加工済みだと聞いて購入を決意。
編集H　シューズは消耗品だから、買っていいんですよ（笑）。私は去年虫に刺され過ぎて辛かったので、防虫加工素材を使っているザ・ノース・フェイスのサロペットを買います！ エミの軽くて扱いやすいロングドレスは旅行にもいいかなって。真夏も涼しく着られそう。
編集K　私は梅雨とかゲリラ豪雨が怖くて、ハイクの撥水加工のアウターと防水ポーチを手に入れました。何気に大人がおしゃれに着られるレインコートって見つけられなくて。濡れると、冷えてすぐ不調になりやすいから、絶対に濡れないぞ2025って思ってます！

エミ
emmiのロングドレス

「軽量でウォッシャブル。汗をかく時期でも気にせず着られるドレスです」[編集H]¥29,700（エミ／エミ ニュウマン新宿店）

ハイク
HYKEのロングコート

「樋口さんが撮影中にこれを着ていて、うらやましくなって購入(笑)。軽くて丈夫で水に強くて、洒落てて最高です。夫と共用しています」[編集K]¥96,800（ハイク／ボウルズ）

クリード
Creedのレザーバッグ

「キレイめのスエード見えする新繊維を使用。水洗いでき、色落ちもしないスグレモノ。水に強いので娘の塾のお迎えやスーパーに行くときなどに重宝するミニバッグです」[編集K]巾着¥8,690、ポーチ¥6,050（共にクリード）

エル・エル・ビーン
L.L.Beanのレザーローファー

「試着したらあまりの快適さに即購入を決断。踵のフィット感が素晴らしくって」[編集K]¥22,000（エル・エル・ビーン カスタマーサービスセンター）

ミリタリーや警察などのユニフォームとその機能性から着想を得て、最先端の技術を搭載したデイパック。本体は、防水・耐水・透湿性に長けたサステナブル素材を使用。ショルダーパッドには、体圧を分散させて体感重量を軽くするハイスペック素材を採用し、肩への負担を大幅に軽減。衛生面においても高水準な素材で、暑い日でも快適な使い心地。

PART 4
recommends

福田麻衣が選ぶ！ミューズなテックアイテム27

すでにひと通りのモノは持っているであろうミューズ世代。何か新調するには理由が必要だったりしますよね。それなら「どこでも快適に、そしておしゃれに過ごせる高機能アイテム」はいかが？ きっと納得のお買い物ができるはず。

photograph:SHOHEI KANAYA(model), MAYA KAJITA[e7](still)
styling:MAI FUKUDA
hair & make-up:KYOHEI SASAMOTO[ilumini.]
model:RENA TAKESHITA text_NAO MANITA

スタイリスト
福田麻衣さん

PROFILE_（ふくだ・まい）アウトドアファッションに精通し、ミューズ界隈でテック系といえばこの人！ と圧倒的な信頼を得ている福田さん。機能性とファッション性が両立する、私たちミューズ世代の欲しいものをセレクトしてくれる。

ホワイタージュ
WHITEÂGEのバックパック

重さを感じにくいショルダーパッドがとにかく優秀なバックパックは、小ぶりなサイズ感もナイス。そしてこの印象的なトレンチも、実は撥水機能付き。高密度に織り上げたウール100%でありながら、糸自体にシワになりにくいハリやコシを高める加工も施されている優秀なコートなんです。

バックパック¥36,300（ホワイタージュ）、トレンチコート¥154,000（オーラリー）、Tシャツ¥8,250（ブルースセントリック／メイデン・カンパニー）、デニムパンツ¥26,400（ブルーブルー／ハリウッド ランチ マーケット）、メガネ¥60,610（オリバーピープルズ／ルックスオティカジャパン カスタマーサービス）、シューズ¥69,300（ニードルズ／ネペンテス ウーマン トウキョウ）

スポーツ＆アウトドアミックスで洒落る！

カジュアルな着こなしの説得力を増したいなら、足元を本格的なトレランシューズにしてみるのも手。スタイリッシュなサロモンなら、通常のスニーカー感覚でさらりと取り入れられます。サポート力満点のはき心地、やみつきになるかも♡

スニーカー¥22,000（サロモン／サロモン コールセンター）、シャツ¥26,400（カルバン・クライン／カルバン・クライン カスタマーサービス）、パンツ¥89,100（アスペジ／トヨダトレーディング プレスルーム）、キャップ¥8,580（ブルースセントリック／メイデン・カンパニー）、ソックス¥2,640（ホイサム）

#002
FUKUDA SELECT

耐久性と通気性に優れたMATRYXという素材をアッパーに採用したモデル「GENESIS（ジェネシス）」。険しい登りや不安定な下りに対応するトレイルランニング用ならではのグリップ力で、歩きやすさも申し分なし。カラーは4色展開。

天然素材のようでいて実はハイスペックなドレスと、イージーな雰囲気とは裏腹に、最強のセキュリティを備えたバッグ。どちらもウォームブラウンのワントーンで揃え、デニムルックに大人の落ち着きを添えたスタイリングです。

ドレス¥18,700（ザ・ノース・フェイス／ゴールドウインカスタマーサービスセンター）、ウエストバッグ¥9,900（パックセーフ／エイアンドエフ）、デニムパンツ¥27,500（カルバン・クライン／カルバン・クライン カスタマーサービス）、ネックレス¥82,500（マユ／マユ ショールーム）、バングル¥9,900（コス／COS 青山店）

#003
FUKUDA SELECT

クロスボディにもなるこちらのボディバッグ、とにかく最強なんです。切り裂き防止のステンレスワイヤー入りストラップに、置き引き防止にもなる外しにくいフック、中にはスキミング防止素材の薄ポケットと、盗難防止機能のオンパレード。心配性の方や旅先には打ってつけ。確実に安全です。

#004
FUKUDA SELECT

光の透過をおさえるセラミック粒子を含む糸を使い、遮熱性を高めた「ブリーズレンジPRO」素材のドレス。特殊なワッフル状に織り込むことで通気性を確保し、風通しのよさとUVケアを実現。さらにリネン風の加工と吸水加工で、天然素材のようなナチュラルな風合いと吸水性も兼ね備えている。

パックセーフ
pacsafeの
ウエストバッグ

ザ・ノース・フェイス
THE NORTH FACEの
UPFドレス

#005
FUKUDA SELECT

耐久撥水加工を施した薄手のリサイクルナイロン素材は、ボトムはいてる？と不安になるほどの超軽量。水濡れや湿り気のある場所に座っても安心なので、小雨の日やフェスなんかにも最適です。写真のブラックの他、セージグリーンとライトベージュの3色展開。

トレンドのショートパンツはさすがに……と気後れしちゃう人にすすめたいのが、絶妙なひざ下丈のハーフパンツ。ジャケットにワイドパンツ、という定番スタイルのボトムをスイッチするだけで鮮度も上がり、今季らしいアウトドアMIXに。

ハーフパンツ¥36,300（ディーベック／グローブライド）、ジャケット¥26,000（コス／COS 青山店）、タンクトップ¥5,940（サク・レ／ロイネ）、ベレー帽¥15,400（エンジニアド ガーメンツ／ネペンテス ウーマン トウキョウ）、ネックレス¥71,500（オー／ハルミ ショールーム）、バッグ¥14,300、シューズ¥13,200（共にアダム エ ロペ）

サウスツー ウエストエイト
SOUTH2 WEST8のメッシュスカート

肌を保護する防虫加工が施された、ライトウェイトのメッシュ素材。無地のスカートに重ねて柄を際だたせたり、オーバーパンツでエプロンスカート風にも。ストレスフリーなゴムウエストと大きなポケット付きで使い勝手も上々。¥27,500(サウス2 ウエスト8／ネペンテス ウーマン トウキョウ)

エヌティーエヌ
NTNの撥水ジャケット

ハリや光沢とコットンの自然な風合いを兼ね備えた上質さで、各国のメゾンも採用するイタリアのOLMETEX素材を使用。バストラインから横に逃れるファスナーやドットボタンなど、着心地向上のために考えられたディテールはどれも、洒落感たっぷり。¥118,800(エヌティーエヌ)

アンドワンダー
and wanderのバックパック

摩耗や引き裂き、すり切れに強く、1000㎜以上の耐水性能を持つナイロン素材。しかも軽くてパッカブル♡ ¥19,800(アンドワンダー)、トップス¥28,600(クメ)、デニムパンツ¥27,500(カルバン・クライン／カルバン・クライン カスタマーサービス)、サングラス¥29,700(ザ ベッドフォード ホテル／キングスター)

イルセ ヤコブセン
ILSE JACOBSENのラバーブーツ

特筆すべきは、足当たりの柔らかさとスニーカーのようなはき心地。独自のフエルト素材を採用したライニングが、吸湿と断熱、保温効果を発揮するため、ブーツ内はいつでも超快適。夏場もサラッとはけるので、足元に重さが欲しいときにぜひ。¥27,500(イルセ ヤコブセン／メイデン・カンパニー)

ザ・ノース・フェイス
THE NORTH FACEのサコッシュ

本体に収納できちゃうパッカブルショルダー。40デニールのタフなリップストップナイロン生地を加工し、耐久性をさらにアップ。3サイズ展開で、この他にLサイズもあり。M¥6,050、S¥5,500(共にザ・ノース・フェイス／ゴールドウイン カスタマーサービスセンター)

スピード
Speedoのスイムスーツ

環境配慮型の素材を採用し、縦横に伸びる4WAYストレッチとUVケア機能をプラス。「快適に泳ぎたい、でもUVケアも譲りたくない」という人にぴったりな1着です。差し込みタイプのカップ付きで、色は他にブラックもあり。¥17,600(スピード／ゴールドウイン カスタマーサービスセンター)

ゴールドウイン
Goldwinのイージーショーツ

多少の雨ならOKの撥水ショーツは、シワ加工入りのナチュラルな風合いに、デザインステッチを控えめにしたクリーンさがタウンユース向き。タイツやレギンス合わせでぜひ。7色×7サイズの幅広い展開もナイス。各¥11,000(共にゴールドウイン カスタマーサービスセンター)

ヘリーハンセン
HELLY HANSENの防水コート&パンツ

フレンチヴィンテージでは名の知れた、1920年代のコルビュジェジャケットをモチーフにしたピーコートと、シルエット自慢のパンツ。高次元の防水透湿性と防風性を誇るゴアテックス素材で、オールウェザー対応の頼もしさ。右:¥88,000、左:¥46,200(共にヘリーハンセン／ヘリーハンセン 原宿店)

チャンピオン ブラック エディション

CHAMPION BLACK EDITIONの撥水スカート&ドレス

右：裾の両サイドにあしらったドローコードは、着丈とシルエットをアレンジできると同時にデザインのアクセントにも。¥14,080、左：肩ひもの背後にあるドローコードで、サイズ感とシルエットを調整可。¥16,280（共にチャンピオン ブラック エディション／ヘインズブランズ ジャパン カスタマーセンター）

スピード

Speedoのバケットハット

視界を遮り過ぎずに日除けできる、つばの長さと角度にこだわりを感じる撥水ハット。シンプルなデザインのアクセントとして、風飛び防止のドローコードがたらんと垂れ下がるのがとても可愛い。ハット¥8,910（スピード／ゴールドウイン）、トップス¥17,600（RHC／RHC ロンハーマン）

マーモット キャピタル

MARMOT CAPITALのライトグリッドパンツ

軽量かつ薄手のリップストップ生地に撥水性をプラス。ブランド内では細身のパターンを採用したニューシルエットで、大人好みのシックなブルーも日常使いに活躍してくれそう。色違いでクリームもあり、同素材・同色のジャケットも展開。¥26,400（マーモット キャピタル／エンケル）

ジョーダン ブランド

JORDAN BRANDのDri-FITトップス

速乾性を高めるテクノロジーで、肌から汗を逃がしてすばやく蒸発。さらりと快適な着心地をキープする「Nike Dri-FIT」を使用。軽くて動きやすく、フィット感のある1枚です。あえてレディなスカートと合わせてみたいハイセンスな色使い。¥9,130（ジョーダン ブランド／ナイキ カスタマーサービス）

アンドワンダー　アルトラ

and wanderとAltraのコラボシューズ

“正しい姿勢による自然な走り方”をコンセプトに掲げるアルトラのトレイルランニング用シューズ「Timp 5」をベースに、サイドダイヤルを回してフィット感を調整できるBOAシステムを搭載。都会的なカラーリングがきいた、街でも山でもはける絶妙なバランスの一足。シューズ¥30,800（アンドワンダー）

オークリー

OAKLEYのスポーツサンダル

伸縮性のあるライクラ素材が足の形状にしっかりフィットし、メッシュ面の多さで通気性を確保。立体構造ながらも、丈夫さとはき心地のよさを両立したこちら、夜間や暗い場所で視認性を高めるリフレクション効果も備えたスグレモノ！¥23,100（オークリー／ルックスオティカジャパン）

アンドワンダー

and wanderのパッカブルドレス

折り紙付きの強度を備えた「CORDURA®」という糸を使ったリップストップ素材は、15デニールの極薄にもかかわらず、撥水性やストレッチ性も担う優秀選手。軽量かつコンパクトに収納できるパッカブルタイプで、持ち運びにも◎。着まわし力も高め。¥30,800（アンドワンダー）

アウトドアリサーチ　マーモット キャピタル

Outdoor ResearchとMARMOT CAPITALのサンシェードキャップ

右：UPF40のUVケア素材。吸汗性と速乾性に優れ、ドライな状態をロングキープ。¥6,600（アウトドアリサーチ／エイアンドエフ）、左：サンシェード部分は着脱可。グラフィックはオリジナルのタウンカモ柄。¥8,470（マーモット キャピタル／エンケル）

シンプルルックの味つけとして機能派アイテムをプラス。ベストのチェストベルトは本来ランニング用ならではのものですが、普通に洒落たディテールに見えるのが福田さんセレクトのスゴいところ。メッシュ地のトートバッグは、コーデにヌケ感を出したいときにも重宝する便利小物です。

ベスト¥23,100（ゴールドウイン／ゴールドウイン カスタマーサービスセンター）、メッシュバッグ¥7,150（スピード／ゴールドウイン カスタマーサービスセンター）、トップス¥36,300（ハイク／ボウルズ）、パンツ¥64,900（エンタイア ストゥディオス／ビオトープ）、バングル¥220,000（オー／ハルミ ショールーム）

センタープレスラインに入ったコバステッチが、キレイめな印象を後押しするハイウエストパンツ。あえてサスペンダーで胸下までグイッと引き上げ、釣り人みたいに着丈短めにしても可愛い、と福田さん。全身ニュートラルカラーでまとめれば、カジュアルシックな休日スタイルに。

パンツ¥35,200（エフシーイー®／エフシーイーフラッグシップストアトウキョウ）、タンクトップ¥27,500、頭に巻いたスカーフ¥20,900（共にラインヴァンド／ラインヴァンド カスタマーサポート）、ソックス¥2,640（ホイサム）、シューズ¥53,900（セバゴ／トヨダトレーディング プレスルーム）

#025
FUKUDA SELECT

ビーチやプールサイドで濡れた荷物を収納できちゃうメッシュトート。水濡れNGな財布やスマホなどは付属の防水ポーチにIN。軽くてタフな素材で、PCなど重量のあるものを入れてタウンユースとしても◎。同素材でビッグトート、バックパックなども展開あり。

#024
FUKUDA SELECT

ブランドの契約アスリートで、世界トップクラスのトレイルランナーであるディラン・ボウマンと共同開発。ウェアとバッグの特性を兼ね備えた設計で、ストレッチ性や軽量性、収納力を完備。実は至るところにポケットがあるため、ハンズフリーでOKの頼もしさ。

#023
FUKUDA SELECT

国内生産は1社のみという強撚ナイロン素材は、吸湿速乾性に優れ、上質なリネンを思わせるドライタッチが心地いい。シルエットはやや太めのストレート。ウエストはドローコードで絞れ、ブランドロゴ入りのサスペンダーはボタンで長さの調整が可能。

スポーツ＆アウトドアミックスで洒落る！

#026
FUKUDA SELECT

消臭性、耐久性、撥水性に優れたメリノウールと極細ブライトナイロン糸の収縮差によって、シボ感、独特の光沢感を表現。天然繊維ウールと化学繊維を組み合わせたハイスペックと、誰が着てもサマになる立体的で美しいフォルムのグッドバランスが強み。

#027
FUKUDA SELECT

剣道の防具入れからインスパイアされたこちら、なんと370gという軽さで69Lの大容量。細かい荷物は、フロントに配したアジャスター付きのメッシュポケットに入れれば安心です。開口部がドローコードでバイアス方向に絞れるため、荷物少なめのときでもバッグの丸みが損なわれません。

モードな雰囲気ながらも、袖にベンチレーションを装備していたり機能性素材だったりと有能なジャケットは、ドレスの羽織りにぴったり。ラージサイズ×キャッチーなオレンジでアクティブなバッグを、着こなしのポイントに添えて。

ジャケット¥59,400（パストルノヴァ）、バッグ¥9,790（ユニバーサルオーバーオール／ロングス）、ドレス¥52,800（ベイジ，／オンワード樫山 お客様相談室）、サンバイザー¥25,300（カタルツィ 1910／ロンハーマン）、シューズ¥19,800（オッフェン／オッフェン ザ ハウス 代官山店）

今すぐ真似したい！ おしゃれ業界人の着こなし実例

PART 5では、おしゃれミューズたちのリアルスタイルを取材。ブルゾンやスエット、ラガーシャツなどカジュアルなアイテムをシティムードに着こなすにはどうすればよいか、参考にしたいテクが満載です。

photograph:KAORI IMAKIIRE

酒落見えPOINT！
レザーバッグ、ゴールドジュエリーを着けることでカジュアルムードを緩和。

ブルゾン¥12,100、シャツ¥7,700、パンツ¥7,920(全てアウトドアプロダクツ／アウトドアプロダクツ ユージュアル シングス 中目黒店)、ネックレス¥83,600(リエ スタジオ)、バッグ¥181,500(ザンケッティ／共にプラージュ 代官山店)

フリーランスPR
森次まりなさん

「ブルゾンにツヤのあるセットアップを合わせ、大人なアウトドアスタイルに。年齢を重ねてカジュアルど真ん中があまり似合わなくなり、どこか女性らしさや品を感じるスタイルを心がけています」

キーチェーンもアクセント♡

CINCH PR
戸塚友理さん

「鮮やかなオレンジのブルゾンは、オーセンティックなジャケットと重ねてトラッドな雰囲気に。スポーティなアイテムを取り入れるときはコーデに1点だけにすることが多いです」

酒落見えPOINT！
キレイめなアイテムを合わせることでカジュアルになり過ぎず大人っぽく。

ブルゾン¥39,600、ジャケット¥69,300、Tシャツ¥7,700、デニム¥29,700、シューズ¥29,480、キーチェーン¥19,800(全てオブラダ／シンチ)、その他は本人私物

Blouson

スタイリング面ではもちろん、
気温の寒暖差が激しいこの時季に重宝する
便利なブルゾン。キレイめアイテムと
コーデするのが、やっぱり大人の基本のよう。

[THE NORTH FACE]
パッカブルにもなる薄手のウィンドブレーカー。ブルゾン¥19,800(ザ・ノース・フェイス／ゴールドウイン カスタマーサービスセンター)

酒落見えPOINT！
ジュエリーのレイヤードやクラッチバッグなど、洗練された小物をきかせて。

AP STUDIOバイヤー
大室有生さん

「パンツとセットアップのテーラードジャケットを腰巻きにし、都会に溶け込むスタイルに。スポーティなアイテムを着るときは、ツヤっぽい小物を取り入れ、色を使い過ぎないようにします」

ブルゾン¥29,700(ワイドットパイザルディスク)、タンクトップ¥8,250、腰に巻いたジャケット¥50,600、パンツ¥23,100(全てAP STUDIO)、コインネックレス¥341,000、ラリエット¥266,200(共にジジ／全てAP STUDIO NEWoMan 新宿店)、ショートネックレス、GOLDEN GOOSEのシューズは本人私物

FACETASMのブルゾン、HARUNOBU MURATAのパンツ、Bud.のバッグ、VANSのスニーカー、DIORのピアス、NIKONの眼鏡は本人私物

酒落見えPOINT！
メタリックな眼鏡、大ぶりのゴールドジュエリーで顔まわりを華やかに。

ESTNATION PR
長峰由莉さん

「裾を外せるデザインブルゾンを今回は短丈にしてモードなムードも意識しました。スポーティなアイテムで固めず、異素材合わせや緊張度の高いアイテムを取り入れて楽しんでます」

スポーツ＆アウトドアミックスで洒落る！

Sweat Shirt

アクティブスタイルにあまりなじみがなくても、スエットトップスだけは持っているという人も多いのでは？ シンプルなデザインならコーデの可能性は無限大！

[THE SHINZONE]

古着のような風合いが人気の定番。こんなキレイ色にもトライしたい。スエットトップス¥17,600(ザ シンゾーン／シンゾーン 表参道本店)

洒落見えPOINT！

ボウタイブラウスのリボンとパールネックレスをきかせて華やかな装いに。

トップス¥29,700、ブラウス¥39,600(共にザ シンゾーン)、デニム¥38,500(ブレラウド)、パールネックレス¥74,800、ピアス¥31,900(共にカドー※エクスクルーシヴ)、ハンドバッグ¥114,400(メゾン マルジェラ)、眼鏡¥62,700(ピーター＆メイ)、トートバッグ¥7,810(ブリジットタナカ／全てシンゾーン 表参道本店)、Maison Margielaのシューズ、その他は本人私物

Shinzone
ヴィジュアルマーチャンダイザー
遠山涼子さん

「スエット×ダメージデニムでカジュアルに振りながらも、シルクのブラウスやパールを合わせることで大人の品を加味したスタイルに仕上げました。タビブーツでモードなムードもON」

洒落見えPOINT！
レディなポインテッドトゥのパンプスに赤いソックスを合わせて遊び心を。

大ぶりジュエリーもポイント

フリーランスPR
佐藤怜子さん

「ずっと愛用しているヴィンテージのスエットをメインに、シンプルになり過ぎないようチェックのシャツを腰に巻いてアクセントに。パンプスや赤リップで女性らしさもプラスしました」

Championのヴィンテージスエット、rokuのパンツ、腰に巻いたAURALEEのシャツ、TOTEMEのパンプス、BLUE ELEPHANTのサングラス、ITTI ×styling/のバッグ、Kompakt Recordのトートバッグ、ヴィンテージのネックレス、AFTER SHAVE CLUBのピアスは本人私物

Sweat Pants

ただはいただけだと、パジャマにも見えかねないリラクシーなスエットパンツ。大人がはくなら、きちんと感のあるシューズを合わせるのが洒落見えの鍵。

[THE SHINZONE]

ちょうどいい太さ、裾の絞り具合など、使い勝手のいい1本。スエットパンツ¥19,800(ザ シンゾーン／シンゾーン 表参道本店)

洒落見えPOINT！
上半分はGジャン、下半分はウールのデザインジャケットがモード感を加速。

パンツ¥11,880(チャンピオン フォー アダム エ ロペ)、ジャケット¥99,000(フレンケン)、バッグ¥55,000(ハフト)、シューズ¥17,600(全てアダム エ ロペ)

ADAM ET ROPÉ PR
髙嵜里美さん

「楽ちんムードなスエットパンツには、デニム×ウールのコンビがユニークなフレンケンのジャケットを合わせて、きちんと見えを狙いました。レザーバッグとパンプスでエッジをきかせています」

サングラスでシティライクに

フリーランスPR
上枝みどりさん

「カジュアルなスエットパンツをシャツやローファーでトラッドに味付け。レイヤードすることでスタイリングに奥行きが出て、ラフさも軽減。カラーソックスを忍ばせてワンポイントに」

LOS ANGELES APPARELSのパンツ、Levi's®のデニムジャケット、TEURN STUDIOSのシャツ、AURALEEのインナー、AURALEE×Aetaのバッグ、Poesie Venezianeのローファー、H&Mのサングラス、無印良品のソックスは本人私物

洒落見えPOINT！
ゴールドジュエリーを着けることでラグジュアリーにクラスアップ。

パンツ¥20,900、Tシャツ¥10,780、腰に巻いたシャツ¥28,600(全てレミレリーフ)、サンダル¥121,000(アクアズーラ)、フェザーネックレス¥605,000(マノン)、チェーンネックレス¥1,540,000(リジーマンドラー)、ブレスレット¥583,000(ローレン ルビンスキー)、バッグ¥25,300(シーラバランティカ／全てMUSE de Deuxième Classe六本木店)

MUSE de Deuxième Classe WEB VC
長谷川知美さん

「カラーグラデーションがキレイなレミレリーフのTシャツ×スエットパンツに、今季気になるチェックシャツを腰に巻きグランジスタイルに。別注のパンツはフレアシルエットだから女性らしく着られます」

ダメージデニムの隙間から甘いレースのタイツを覗かせてアクセントに。

バッグ¥71,500、トートバッグ¥6,600（共にホリデイ／HOLIDAY flagshipsalon OFFICE）、POLO RALPH LAURENのヴィンテージラガーシャツ、ヴィンテージのデニム、MANOLO BLAHNIKのパンプス、Poco a Pocoのレース柄タイツ、BOTTEGA VENETAのピアス、Rodenstockのヴィンテージ眼鏡、その他は本人私物

INSCRIRE PR
萩原美緒さん

「ボーダーポロは少年っぽく見えないよう、×デニムではなくスラックスできレイめに。全体のトーンをシックにおさえ、さらにヒールのシューズやレザーのベルトでよりきちんとした印象を」

ラガーシャツ¥29,700、パンツ¥64,900、ベルト¥20,900（全てアンスクリア／アマン）、JW Andersonのシューズ、inoopのブレスレットは本人私物

Rugby Shirt

引き続き人気継続中のラガーシャツ。スポーティなムードもありつつ、襟付きだからどこか品のよさもあって大人にも◎。ヌケ感が演出できるゆったりサイズがオススメ。

［POLO RALPH LAUREN］
国内ではスナイデルでしか手に入らないカラー。ラガーシャツ¥26,400（ポロ ラルフ ローレン／SNIDEL ルミネ新宿2店）

HOLIDAY flagshipsalon OFFICE スタッフ
岸田なな子さん

「オーバーサイズのラガーシャツをワイドなデニムとズルッとスタイリング。レースのタイツやポインテッドトウのヒール、赤リップやヘアスタイルで女性らしさも意識しました」

emmiデザイナー
木下沙理菜さん

「シルバーのトラックスーツにミニバルーンドレスを重ねてシティを意識したスポーツMIXに。足元にもシルバーの軽やかなスニーカーをON。全体のトーンをまとめたのもポイント」

シュシュで髪をまとめて柔らかさとヌケ感をプラス。ハイトーンヘアにブラックのコントラストが◎。

BEAMS宣伝
桑原優季さん

「ワイドなトラックパンツにクリーンな白シャツと、バランスにこだわりアイテムをMIX。スポーティなアイテムを着るときは、必ず女性らしいアイテムを組み合わせるようにしています」

Track Pants

学生時代の体操着みたい……なんて敬遠しないで。少しゆとりのあるシルエットを選べば、脚のラインを拾い過ぎず大人もはきやすいはず。女性らしさをキープするとグッドバランスに。

L'Appartementバイヤー
幸 佳代子さん

「今注目のウェールズ ボナーのトラックパンツにチェーンがあしらわれたツイードジャケットと、ギャップのある組み合わせに。スポーティな要素はひとつに、他をキレイめにまとめるのが好き」

［M TO R］
人気のトリプルコラボ。裾が絞れるドローコード入り。トラックパンツ¥20,900（アンブロ×ベルパー×ムウト アール／ムウト アール）

パンツ¥16,500（アディダス／ビームス 新宿）、デニムジャケット¥66,000（カンタータ／ビームス ハウス 丸の内）、シャツ¥23,100（エーケー ワン）、キャップ¥9,900（ウォードブルー×デミルクス ビームス）、バッグ¥29,700（クリスチャン ヴィラ×デミルクス ビームス）、スカーフ¥16,500（マニプリ）、シューズ¥69,300（プレンダ／全てデミルクス ビームス 新宿）

パンツ¥94,600（ウェールズ ボナー）、ジャケット¥126,500（リジエール）、ニット¥23,100（ユニオン ランチ）、ショートチェーンネックレス¥192,500、ペンダントトップ¥137,500（共にパスカル モンヴォワソン）、フェザーネックレス¥605,000（マノン）、ストーンリング¥79,200（マリハ）、サングラス¥77,000（セリーヌ）、シューズ¥136,400（マノロ ブラニク）、ヴィンテージバッグ※価格未定（シャネル／全てアパルトモン 青山店）

パンツ¥11,000、トップス¥12,100（共にアディダス オリジナルス フォーエミ）、ミニドレス¥19,800（エミ／全てエミ ニュウマン新宿）、emmiのシュシュ、adidas Originalsのシューズ、その他は本人私物

ワイドなトラックパンツの裾から覗くポインテッドトウがグッドバランス！

スポーツ＆アウトドアミックスで洒落る！

酒落見えPOINT！
ネイビーのローファーにホワイトのレースソックス。甘さをちらりと覗かせて。

JOURNAL STANDARD／Bonum WEB visual coordinator
田原麻捺さん

「カジュアルなナンバリングTシャツは、全身をネイビーでまとめてトラッドムードを演出。足元にレースソックスを合わせたり、バッグチャームを付けたりと遊び心も忍ばせました」

トップス¥12,100(ボナム／ベイクルーズ カスタマーサービス)、パンツ¥16,500(ラングラー フォー フォル)、バッグに掛けたシャツ¥14,300、ソックス¥3,520(共にジャーナル スタンダード／全てジャーナル スタンダード 自由が丘店)、J.B. ATTIREのバッグ、TOD'Sのローファー、その他は本人私物

少し甘めのメイクに♪

トップス¥61,600(センティメント)、シャツ¥80,300(ルチミアー)、パンツ¥18,700(シティショップ／全てシティショップ 渋谷店)、ヴィンテージのブーツ、R.ALAGANのピアス、YUICHI TOYAMA.の眼鏡は本人私物

酒落見えPOINT！
大きく入った背番号がアクセントに。その分ヘアメイクは女性らしさを。

CITYSHOPショップスタッフ
波田桜子さん

「スポーツユニフォームを再構築しレースをドッキングさせたユニークなトップスは、カジュアルになり過ぎないよう、肩パッドがしっかりと入った白シャツやスラックスを合わせてモードに」

Uniform

数字モチーフが1枚でインパクトのあるナンバリングトップス。スポーティな印象が強い分、モードなアイテムや女性らしいディテールなど、相反するテイストをMIXしたい。

［ GALLARDAGALANTE ］
女性らしく着られるVネックデザイン。長袖Tシャツ¥12,100(ガリャルダガランテ／ガリャルダガランテ 青山店)

トップス¥28,600(RHC)、スカート¥209,000(レナータプレナ／共にRHC ロンハーマン)、Maison Margielaのブーツ、MARIE-HÉLÈNE DE TAILLACのネックレスとチャームは本人私物

RHC Ron Hermanウィメンズバイヤー
青木玲子さん

「ナンバリングトップスにユニフォームをリメイクしたプリーツスカートを合わせた今シーズン気分のスポーツスタイル。足元にはタビブーツを合わせ、エッジをきかせたアーバン仕様に」

Backpack

アウトドアムードが強いバックパックも、コンパクトなサイズ感やシンプルなデザインを選べば大人のシティスタイルにもマッチ。ウェアはモダンにまとめるのが正解。

［ L.L. Bean ］
超軽量で防水、本体ポケットに収納もできる優れもの。バックパック¥9,900(エル・エル・ビーン／エル・エル・ビーン カスタマーサービスセンター)

酒落見えPOINT！
ライトなバックパックは、デイリーに取り入れてコーディネートを鮮度UP。

バックパック¥9,900、ブルゾン¥27,500、スカートレイヤードパンツ※スカートのみ着用¥25,300(全てエミ／エミ ニュウマン新宿)、ROAのニットキャップ、adidas Originalsのシューズ、その他は本人私物

emmiディレクター
吉田智恵さん

「アウトドアもデイリー使いもできるバックパックを主役にしたシティスタイル。ミニスカート×ロープロファイルのスニーカーでトレンド感を出しつつ、バックパックでアクティブな印象に」

酒落見えPOINT！
フレアミニ×柄タイツでスポーティな中にひとさじの女性らしさを♡

ヘアスタイルも女性らしさを意識

バックパック¥15,950、シューズ¥27,500(共にザ・ノース・フェイス／ゴールドウインカスタマーサービスセンター)、スカート¥28,050(ガジェス)、その他は本人私物

フリーランスPR／着付け師
佐竹 彩さん

「ショルダーハーネスがベスト型になっているバックパックの合わせには、タイトスカートやクロップドトップスで女性らしさを心がけました。さらにモノトーンでまとめて野暮ったさを回避」

酒落見えPOINT！
"走れるデイパック"として普段使い〜軽いランニングまで愛用中だそう。

アノラック&ビーン・ブーツは
アウトドアシーンの強い味方

「L.L.Bean」で過ごす1週間

1912年の創業以来、世界中の人たちに愛され続けている「エル・エル・ビーン」。デザインと機能性を兼ね備えたハイスペックなアイテムは、アウトドアシーンではもちろんのこと、日常でも大活躍してくれます。さあ、「エル・エル・ビーン」と共に、毎日をもっとおしゃれにアクティブに！

photograph:SHOHEI KANAYA(model), MAYA KAJITA[e7](still) styling:MAI FUKUDA hair & make-up:TOMOE NAKAYAMA model:YU HIRUKAWA

SUN.

耐水・防風の機能を併せ持ち、小雨の日だってアウトドアを楽しめちゃうロングセラーのアノラックパーカ。不動の人気を誇るビーン・ブーツとの最強タッグで上級者を装って。

アノラック¥12,100、トレイルショーツ¥11,000、ブーツ¥41,800(全てエル・エル・ビーン／エル・エル・ビーン カスタマーサービスセンター)、ソックス¥1,980(ホイサム)

MON.

真っ白のTシャツとボタンダウンシャツに、チノパン、ローファーといった、メンズライクなスタイリング。シャツもパンツもあえてビッグサイズを選ぶのが今っぽく着こなすコツです。新作のカモフラージュトートにも注目を。

ザ・ベーシックなアイテムこそ
メンズライクを意識した着こなしに

写真上：トートバッグ［スモール］¥8,250、［ジャパン・ロング・ハンドル ミディアム］¥11,000、［ジャパン・ロング・ハンドル ラージ］¥12,100　写真下：ボタンダウンシャツ¥9,900、Tシャツ¥3,850、パンツ¥9,900、トートバッグ［ミニ］¥8,250、［ラージ］¥12,100、ローファー¥22,000（全てエル・エル・ビーン／エル・エル・ビーン カスタマーサービスセンター）、眼鏡¥20,240（レイバン／ルックスオティカジャパン カスタマーサービス）

TUE.

軽やかで着やすいフィールド・コートは幅広いシーンにハマる実力派！

アイコンとして知られるフィールド・コートを、JAPAN EDITIONとしてアレンジしたのがこちら。どんなコーデにも合わせやすく、バサッと羽織るだけで様になる！ それに、撥水加工が施されているところも嬉しいポイント。

コート¥28,600、ジップパーカ¥13,200、Tシャツ¥7,700、パンツ¥17,600（全てエル・エル・ビーン／エル・エル・ビーン カスタマーサービスセンター）、サングラス¥29,700（ザ ベッドフォード ホテル／キングスター）

＼今月号の付録はL.L.Beanとのコラボバッグ／

5月号付録

ふっくらシルエットの巾着ポシェット

以前2019年12月号の付録で即完売した巾着ポシェットを復刻。光沢をおさえたマットなパデッド素材で、カジュアル過ぎないところも魅力。

増刊号付録

デニム調生地で作ったキルティングポシェット

こちらはライトブルーのデニム調生地×キルティングバージョン。5月号付録と共にショルダーストラップが取り外し可能で使い勝手◎。

付録に関するお問い合わせ先

製品には万全を期していますが、万が一破損、不良品などがありましたら、付録対応事務局までご連絡ください。

0120-108-280

受付時間：午前10時〜午後5時（土・日・祝日を除く）
受付期間：2025年5月7日（水）まで※5月号
2025年6月4日（水）まで※増刊号

WED.

ボーダーのカットソーにインディゴデニムといった鉄板スタイル。小物は着こなしのアクセントになる、ひとクセあるキャップやシーズンカラーのトートバッグをセレクトして。

カットソー¥8,690、デニムパンツ¥15,400、キャップ¥4,400、トートバッグ[ラージ]¥14,300、スニーカー¥15,400(全てエル・エル・ビーン/エル・エル・ビーン カスタマーサービスセンター)

THU.

一見普通のスエットブルゾンですが、レーヨンとの混紡糸にストレッチを加えたこちらは、ソフトな肌触りはもちろん、優れた通気性と吸湿性で汗ばむ季節も快適に過ごせます。

ジップブルゾン¥17,600、シャツ¥14,300、スカート¥9,900、バックパック¥15,400(全てエル・エル・ビーン/エル・エル・ビーン カスタマーサービスセンター)

FRI.

今季のトレンド ナイロンブルゾンは 着まわし力も抜群！

ドレスに合わせて

ブルゾンは着まわし、トートバッグ[ミニ]¥8,250、スニーカー¥19,800（全てエル・エル・ビーン／エル・エル・ビーン カスタマーサービスセンター）、ドレス¥46,200（アンセムエー／エンケル）

インナーとしても

インに着たブルゾンは着まわし、シャツ¥16,500、スエットパンツ¥16,500（全てエル・エル・ビーン／エル・エル・ビーン カスタマーサービスセンター）、ジャケット¥77,000（ホリデイ／ホリデイ/フラッグシップサロン オフィス）、ローファー¥56,100（アキラナカ／ハルミ ショールーム）

シャツ感覚で着る

ブルゾンは着まわし、Tシャツ¥6,490、スカート¥10,890、ブーツ¥28,600（全てエル・エル・ビーン／エル・エル・ビーン カスタマーサービスセンター）

今季らしいブルゾンが手放せない存在になりそう！

とにかく軽量&薄手でバッグに入れて持ち歩けるナイロンブルゾンは、1枚持っておくとかなり使えます。スポーツ&アウトドア系アイテムをMIXするのが今季のビッグトレンドだったりもして、普段着としても出番が増える予感。

ブルゾン¥24,200、Tシャツ¥4,950、パンツ¥14,300、ウエストバッグ¥5,500、スニーカー¥18,700（全てエル・エル・ビーン／エル・エル・ビーン カスタマーサービスセンター）、ソックス※2P ¥3,960（ブルーブルー／ハリウッド ランチ マーケット）

気負わずガシガシ着られるシェルジャケットに期待大！

SAT.

撥水性と伸縮性を兼ね備え、細部に至るまで快適さを追求したシェルジャケット。肌寒い日や小雨にも対応できるゆえ、キャンプシーンだけでなく日常でも活躍してくれること間違いナシ。

シェルジャケット¥41,800、ドレス¥9,790、ハット¥6,050、バックパック¥18,700、シューズ¥25,300(全てエル・エル・ビーン／エル・エル・ビーン カスタマーサービスセンター)、ソックス¥2,640(ホイサム)

スタイリスト 樋口かほりと楽しむ DIESELの春デニム

オトナミューズにとってデニムは制服のようなもの。ディーゼルの2025年春夏新作から、スタイリスト樋口かほりさんに、私たちにちょうどいいデニムをピックアップしてもらいました。着こなしてくれたのは、愛らしさ爆発の本田翼さん。樋口さんの解説と共に、今季の相棒デニムを見つけてみませんか？

photograph_YUYA SHIMAHARA [UM]
styling_KAORI HIGUCHI [KIND]
hair & make-up_KOSUKE HIROSE [UM]
model_TSUBASA HONDA

HELLO DIESEL

Starring 本田翼

今っぽいフレアデニムならコレ!

D-AKII

ジップフライで、バックパッチ。ステッチ使いがどこか懐かしく、春夏らしいウォッシュドカラーを「可愛い！」と手に取った樋口さん。「20年以上前に流行ったフレアデニムより、股上が深くなっているのが大人にいいですよね。懐かしいだけで終わっていなくて。シルエットがとにかく、とてもキレイです」

デニムパンツ「D-AKII」¥35,200、ジャケット¥49,500、中に着たブラトップ¥9,900、サンダル¥41,800（全てディーゼル／ディーゼル ジャパン）

はき心地◎。全てがちょうどいい

1978 D-AKEMI

ディーゼルで人気のフレアデニムAKEMIの全てが程よく進化したD-AKEMI。ストレッチ性があり柔らかく、腰まわりはフィット感があり、やり過ぎ感のないフレア具合で大人の毎日に寄り添ってくれます。「中途半端ではないこのウォッシュ感が好きです。ホワイトデニムの気分でコーデできるのに、ホワイトデニムより取り入れやすい。これ、オススメです」

デニムパンツ「1978 D-AKEMI」¥46,200、ニット¥49,500、バッグ「1DR」¥41,800、サンダル¥69,300（全てディーゼル／ディーゼル ジャパン）

By Kaori Higuchi

ディーゼルにはいつだってここにしかない何かがある

ほぼ白じゃん、っていうこのブリーチデニム、私、好きです。潔くて。オールホワイトの気分でコーデできるけど、白デニムより辛口にコーデできて、はきやすい。私たちが20年前にはいていたようなフレアデニムも、レトロな雰囲気だけど股上は深くアップデートされている。今季のディーゼルは「懐かしい！」だけじゃない何か、がある気がします。どこのブランドも作っている似たようなお洋服じゃなくて、どのシーズンも独自の世界観があって、その中で楽しめる。ディーゼルの魅力って他にないお洋服が必ずあることですが、今シーズンはその中でも大人に嬉しい特徴のものが多い気がするんです。デニムって本来、何もなくてもそのものが、可愛い。加工やデザインをやり過ぎちゃうと大人ははきづらくなっちゃうけど、「本当に破れちゃいました」みたいなクラッシュとか、一方で「白に見えるくらいブリーチしちゃいました」とか、バランスがすごくいい。ワイドシルエットもただ太いだけじゃなくキレイだから、オススメですよ。

リピーター、複数買い多数！
激売れ「1996 D-SIRE」をチェックしよう

リアーナもはいたバギー「1996 D-SIRE」に、ショートパンツが登場。
知っている人は2本、3本と所持する大ヒットデニムは、知らないと損するかも!?

長めでルーズで、すとんと落ちるバギーは、一度はくとその汎用性に驚き、色違いで揃えたくなる魅力ある1本。「バギーデニムはトップスをコンパクトなものにしてもいいし、メンズサイズのTシャツでルーズ×ルーズにしても可愛い。これは女性がメンズ服を着ることで出る独特の可愛らしさみたいなものを、体感できるデニムだと思います」

軽やかにルーズ感を楽しもう
1996 D-SIRE

デニムパンツ「1996 D-SIRE」¥35,200、Tシャツ※メンズサイズ¥35,200、手に持ったレザージャケット¥144,100、パンプス¥121,000（全てディーゼル／ディーゼル ジャパン）

ハーフデニムパンツ「DE-SIRE-SHORT」¥35,200、シャツ※メンズサイズ¥51,700、パンプス¥121,000（全てディーゼル／ディーゼル ジャパン）

この丈、攻略したい
DE-SIRE-SHORT

ルーズフィットのD-SIREをひざ丈にし、ひげや濃淡、右ももクラッシュなどディーゼルらしい加工感も味わえる新作が登場。「ハーフ丈デニムにはクラッシュがあってほしいとなぜか思うんですが、さすがディーゼル。メンズのシャツを合わせてデニムがチラッと見えるくらいがベストバランスかなって感じます」

一目惚れするオールインワン
DE-VORS
着用した本田さんも「これ可愛い」とつぶやいたデニムのジャンプスーツは、フィット感とパンツ部分のリラックス感が同居し、イタリアの老舗ファブリックメーカーが作る着心地のいいバタヴィア生地の素晴らしさを体感できる逸品。「これは1枚で着て、けれど大人は同素材のジャケットを羽織ってほしい。これだけでいい、だからセットで着てほしい、と願うルックです」
デニムオールインワン「DE-VORS」¥72,600、デニムジャケット※メンズサイズ¥82,500、バッグ「PLAY」¥50,600、パンプス¥73,700（全てディーゼル／ディーゼル ジャパン）
お問い合わせ先 ディーゼル ジャパン 0120-55-1978 www.diesel.co.jp

2025 SS collection

CRIME LONDON

ハイエンドな 大人が選ぶ、デイリースニーカー

素材は全てメイドインイタリー。その上質さと、
ストリートカルチャーを感じさせる適度な脱力感のバランスが
何とも今ドキ。「クライム ロンドン」のスニーカーが、
私たちミューズ世代の普段使いにぴったりなんです!!

photograph_ARATA SUZUKI(model), MAYA KAJITA[e7](still)
styling_YASUKO ISHIZEKI
hair & make-up_AYA MURAKAMI
model_SHIORI SATO
edit_NAO MANITA[LIKECOME]

モノトーン×シルバーの万能さ。
ドレスダウンに最適な一足

つま先とバックにはメタリック、シューレースの両サイドにはグリッター。質感違いのシルバー使いが奥行きのあるムードづくりにひと役。しかも、さり気ない厚底でスタイルアップもお約束。こんな感じのドレッシーな装いに合わせても難なくハマる、オールマイティな一足です。スニーカー¥47,300(クライム ロンドン)、ジレ¥25,300(ティッカ)、ドレス¥48,000(シーニュ)

Other Color

クラック加工がヴィンテージライクなこちらのデザインも使いやすそう。¥47,300(クライム ロンドン)

王道のジャケットスタイルにサラリと今っぽさを添えるには、スニーカーが最良の選択。それもクリーンな白ベースなら間違いナシ。厚底による適度なボリューム感も今の気分にフィットします。スニーカー¥47,300（クライム ロンドン）、ジャケット¥70,400（コラム／エストネーション グランフロント大阪店）、タンクトップ¥26,400（ハイク／ボウルズ）、スカート¥36,300（yori）、サングラス¥47,300（アイヴァン／アイヴァン 東京ギャラリー）、ピアス¥27,500（シャルロットウーニング／フラッパーズ）、バングル¥13,750（エイチアッシュ／フォーティーン ショールーム）

大人ならではのヌケ感を添える
足元の白×ゴールドに注目

Special Collaboration

トゥイーティのイラストやスタッズ、ステッチ、心憎いシルバーグリッターやメタリックブルーのポイント使い。プレイフルに仕上げられたコラボモデルはますます愛着が湧きそう。別添えでネオンピンクのシューレース付き。¥51,700（クライム ロンドン）

POP-UP SHOP!!
3/26（水）～4/8（火）
阪急うめだ本店4F スニーカーエディット ☎06-6361-1381
4/2（水）～4/8（火）
伊勢丹新宿店本館2F 婦人靴売場 ☎03-3352-1111
4/16（水）～4/29（火・祝）
ジェイアール名古屋タカシマヤ4F 婦人靴売場 ☎052-566-1101
4/30（水）～5/13（火）
玉川髙島屋本館2F シューメゾン ☎03-3709-2222

お問い合わせ
WAKO & CO ☎06-6263-8188
インスタグラム crimelondon.jp
オフィシャルサイト https://crimelondon.jp/

Other Color

落ち着いた印象を醸す、ストイックな黒×シルバーもご用意。¥47,300（クライム ロンドン）

CLOSED

SINCE 1978

欲しいのは、“サマになる”デニム

大人の女性には「なんだか最近デニムスタイルがキマらなくなってきた!?」そう思う瞬間があるはずです。それはデニムの“質”をアップデートするタイミング。シンプルな着こなしこそ、ディテールまでこだわった存在感を放つ1本を選ぶことが重要。イタリアンハンドメイドジーンズで知られる注目ブランドCLOSED（クローズド）の投資価値ある3本を厳選してご紹介！

photograph:YUYA SHIMAHARA[UM] styling:MAKIKO ITO
hair & make-up:KYOHEI SASAMOTO[ilumini.] model:MIKIKO YANO

STYLE 01

NIKKA

どんな体形もおしゃれに！
ずっと愛せる1本ならこれ

ワイドでもテーパードでもない、
絶妙なストレートシルエットの「NIKKA」。
程よい太さと長めのレングスが叶える
ナチュラルなゆるっと感は、まさに
今の気分でいて、エフォートレスな1本。
量産型デニムとは一線を画すハンドメイドの
ディテールも着こなしに深みと説得力をプラス。
しっかりとしたオンスがありながら
重過ぎず、ソフトで肌になじむ着心地も◎。
後ろポケットは高めに小さめに配されていて
スタイルアップも叶うのが嬉しい。
デニムパンツ〈NIKKA〉¥52,500、
ニットトップス¥27,500（共にクローズド）、
ローファー¥48,400（セバゴ／全てトヨダトレーディング
プレスルーム）、その他スタイリスト私物

STYLE 03

ARIA

STYLE 02

STOVER-X

脚長効果抜群のデニムで
自分のスタイルに自信を持とう！

伸縮性に優れた11オンスの
スーパーストレッチデニムを使用した「ARIA」は、
脚長効果抜群のフレアフィットデニム。
今季のトレンドにぴったりなヴィンテージ感のある
雰囲気は、環境に配慮しながら
職人が手作業で仕上げ。
裾部分のカットオフ仕様が、程よい抜け感をプラス。
とにかくスタイルよく見せたいなら
この1本がオススメ。
デニムパンツ〈ARIA〉¥52,800
（クローズド／プラージュ 代官山店）、
カーディガン¥26,400
（クローズド／トヨダトレーディング プレスルーム）、
その他スタイリスト私物

大人の体形悩みを全カバーする
秀逸なシルエットに惚れる！

裾に向かって少し丸みのあるテーパードシルエットが
特徴の「STOVER-X」は定番人気モデル。
深さがありつつもハイウエスト過ぎない股上が、
気になる腰や太ももまわりをすっきりカバー。
少し短めな丈感が全身バランスを
おしゃれに見せてくれる秀逸なデザイン。
手が入れやすいよう角度を33°にした
独自の"Xポケット"も特徴。
ホワイトデニムは、印象的なフロントのブランドタグも
同色で統一。より洗練された印象に。
デニムパンツ〈STOVER-X〉¥44,000、
ニットトップス¥29,700（共にクローズド）、
ローファー¥48,400（セバゴ／
全てトヨダトレーディング プレスルーム）、
その他スタイリスト私物

BRAND HISTORY

フランス人のマリテ・バシャレリーとフランソワ・ジルボーが、1978年にイタリア製の高品質なハンドメイドジーンズレーベルとして立ち上げたのが始まり。創業時に誕生したアイコニックな「ペダルプッシャー」が、80年代に世界中で大流行を巻き起こす。現在は創業から根付くフランスのエッセンスとイタリアの優れたクラフトマンシップを活かし、デザインチームがディレクション。高品質なデニムを中心にコンテンポラリーなファッションアイテムを提案。さらに、環境に配慮したサステナブルなコレクション「A BETTER BLUE」を展開するなど、最先端な物づくりでも評価が高く、今回紹介した3本も全てこのエコデニムラインのもの。 closedofficial　www.closed.com

お問い合わせ先
トヨダトレーディング プレスルーム
☎03-5350-5567

In The Mood for Rebirth

by Yumie Kazama

15㎝切った髪が誰にも気付かれないのを少し残念に思っているゆみえさんですが、いつもより厚めのバングがモードでなんだか新鮮。そんな彼女の今の気分とは？

photograph: TAK SUGITA (Y's C)
hair & make-up: NOBUYUKI SHIOZAWA (mod's hair)
special thanks: SAIKO HAIR.4038

I always try to grow my hair out, but I end up cutting it once I get bored with the undone look. Maybe it's because, as a stylist, I feel like hair is what truly brings everything together.

私はいつも髪を伸ばしたくて伸ばしているのだけど、ヘアアレンジなんかも上手じゃない私は、伸びたままの洗いざらしの無造作なヘアや、その印象の自分に飽きてきてしまうところがあり、気がつくと髪を切ってる。実は私にとってヘアスタイルは自分を形作る重要な要素で、私ならではのいい塩梅というものが絶妙な感じにあって、髪が全てを決めるんじゃないかしらって思うほど、服も、眼鏡も、アクセサリーも（アイメイクも！！）、髪型ひとつでずいぶん合うものが変わってくる。これは私がスタイリストだから？ そのせい（笑）？

Chic Crimson Ensemble with New Hair and Fresh Frames

インパクトのある赤を纏うときヘアはラフ過ぎず、どこかモードなムードが必要。初めて挑戦するセンターパーツに、服の存在感に負けない個性的なアイウェアを合わせて。強さと洗練、そのバランスを楽しむスタイルね！

シャツ¥330,000、パンツ¥253,000（共にグッチ／グッチ クライアントサービス）、眼鏡¥74,800（グッチ／ケリング アイウエア ジャパン カスタマーサービス）

Embrace Playfulness with Integrated Earring-Necklace Jewelry

この春、一目惚れしたALAÏAのバレルシルエットのペプラムデニム。
私の身長にはそれに寄り添うショートヘア、そのバランスがいい。
ピアスと一体化したネックレスが揺れるたびに、新しい季節のリズムを奏でるよう。

トップス¥165,000、デニムパンツ¥276,100、イヤリング¥140,800※参考商品、サンダル¥212,300※参考商品、ソファに置いたバッグ¥184,800（全てアライア／リシュモン ジャパン アライア）

Sleek and Balanced Look by Pairing a Short Hair with a Cropped Blouson

ショートヘアにショートブルゾン、軽やかでバランスのいいスタイルに、BOTTEGA VENETAの
サーディンハンドルの美しいカーブがブリッジに落とし込まれた新作サングラス。
しっかりとした存在感を放ちながらもさり気なくモダンな表情を作る。

ブルゾン¥479,600、ブラウス¥300,300、スカート¥400,400、ピアス¥260,700（全てボッテガ・ヴェネタ／ボッテガ・ヴェネタ ジャパン）、サングラス¥77,000（ボッテガ・ヴェネタ／ケリング アイウエア ジャパン カスタマーサービス）

photograph_MAYA KAJITA[e7]
illustration_YUKO SAEKI
text_KOTOMI TAKAHASHI

EDITOR'S LOVE IT!

Editor H's Favorite!

年齢を重ねると変わってくる髪質。そんな自分の髪の変化に合わせて、長く愛用できるシャンプー・トリートメントに出会いました♡ フワッと感じるモダンな香りもお気に入りです！

〈 ボーテ・ド・モード 〉

BEAUTE・DE・MODE

myO2（マイ・オーツー）

右から：マイ・オーツー ウォーターコートシャンプー スリークモイスト 450mL ¥1,540、同 トリートメント 450g ¥1,540、マイ・オーツー ウォーターコートシャンプー ディープモイスト 450mL ¥1,540、同 トリートメント 450g ¥1,540（全てマイ・オーツー／ボーテ・ド・モード）

髪質別にうるおいがめぐる！ 美容酸素水※1配合のヘアケアシリーズがデビュー

人気のシャンプーを買ってみたけど、自分の髪には合わない、なんて経験をした人も多いのではないでしょうか？ マイ・オーツーは太髪と細髪の髪質に合わせた２種類のラインナップから選ぶことが可能。界面活性剤とヘアケア成分の設計を変えることで、髪質にかかわらずうるおいとまとまりのある髪へ導きます。さらに一般的なシャンプー・トリートメントの50%以上を占めるといわれている"水"に着目し、特殊製法の酸素水※2とコラーゲン※3、ヒアルロン酸※4を組み合わせた美容酸素水※1を使用。水に溶け込んだ酸素（保湿成分）が高い浸透力で内部へ行き渡り、水分に満ちた美しい髪を叶えてくれる頼もしさも魅力です！

ボーテ・ド・モード
https://my-o2.jp/
info@my-o2.jp

※1_※2、※3、※4の複合成分（全て保湿成分）
※2_水、酸素（全て保湿成分）メディサイエンス・エスポア株式会社 酸素包接水和物 WOX®使用
※3_乳酸桿菌／加水分解コラーゲン発酵液エキス（保湿成分）
※4_ヒアルロン酸Na、ヒアルロン酸ヒドロキシプロピルトリモニウム（全て保湿成分）

編集部員が今、気になるモノをお届け！

photograph_MAYA KAJITA[e7]
illustration_YUKO SAEKI
text_KOTOMI TAKAHASHI

☑ FASHION □ BEAUTY

EDITOR'S LOVE IT!

〈 コンバース 〉

CONVERSE

ALL STAR LGCY
(オールスター エルジーシーワイ)

Editor K's Favorite!

日頃からオールスターを愛用している身として、これはチェック必須な新作！なめらかなスエード素材が可愛くて、この春は旬なボヘミアンスタイルの足元に取り入れたい♡

スニーカー 各¥19,800(共にコンバース／コンバースインフォメーションセンター)

70年代のムードをモダンに解釈！
オールスター エルジーシーワイ

コンバースから登場したのは、1970年代に発売されたオールスターのディテールが落とし込まれた、現代版のフラッグシップモデル！ 当時のデザインに見られるヒールラベルや、当て布とサイドステッチによる補強が施されたクラシックなデザインが特徴。さらにクッション性や通気性、反発力のあるインソールが搭載されているので、ふかふかなはき心地です。1日中歩いても快適さを保ってくれ、デザインだけでなく機能面にも優れています。イチオシは今季注目の素材スエードを使用したモデル。ナチュラルなサファリベージュと、パキッとしたコバルトブルーの2色展開です。

コンバースインフォメーションセンター
0120-819-217
(9:00～18:00 土・日・祝日を除く)

[右ページ]トップス¥66,000(エストネーション/エストネーション)、その他スタイリスト私物　[左ページ]全てスタイリスト私物

まるで素肌のような多幸感のある
厚塗り感ゼロなツヤ仕上がり

Base Make-Up

「ベースメイクは、軽やかな素肌のような仕上がりを目指しました。特に気に入っているのがオイル。保湿力たっぷりなのにベタつかず、その後に使うアイテムの密着力を高めてくれます。ファンデレスでも、大人肌が軽やか&滑らかに整うラインナップです」(佐田さん)

真由美使用アイテム ザ・フラワーショップ シルキードロップ オイル、同 ベース ピンク、コンシーラー オレンジ&ベージュ、同 ルース パウダー ベージュ

OIL

滑らかな肌に導く仕込みオイル

「恋をしたときの香り」をイメージした香りが心地いい、ボディや髪にも使えるマルチオイル。さり気なく上品に輝くゴールドパール剤。肌の凹凸を滑らかに整え、余分な皮脂を吸着することでメイク崩れを防ぐ効果も。

ザ・フラワーショップ シルキードロップ オイル 30mL ¥3,080

BASE

ヘルシー感もトーンアップ※1もお任せ

アロエベラ葉水※2を配合した、保湿と補正を叶える下地。ベージュは健康的な肌色に、ピンクは自然な血色感※1と透明感※1がアップ。テカリをおさえて、白浮きせずに大人も満足なカバー力。

ザ・フラワーショップ ベース 左から:ベージュ、ピンク 各SPF37/PA+++ 30g 各¥3,080

CONCEALER

厚塗り感なく肌ノイズをカバー

クマやくすみをカバーするオレンジ、色ムラを自然にカバーするベージュ、ハイライトにピッタリなライトベージュの3色。美容液級の潤いでのびがよく、極薄で肌にピタッと密着します。

ザ・フラワーショップ コンシーラー 左から:ライトベージュ、ベージュ、オレンジベージュ 各SPF40/PA++++ 各¥2,750

POWDER

粉っぽさゼロなしっとりツヤパウダー

美容液成分をたっぷり含んだ、パサつきや粉浮きなくしっとりフィットするパウダー。肌にのせるとシュワンと溶け込み、小ジワや毛穴をカバー。テカリやベタつきをおさえてサラサラ肌に。

ザ・フラワーショップ ルースパウダー ベージュ ¥2,750

構想なんと3年！「メイクをする人が、美しく咲くお花のように輝いてほしい」という思いで佐田真由美がプロデュースするTHE FLOWER SHOPがデビュー。すでに話題のアイテムの数々を、彼女自らが魅力を解説。忙しい大人の毎日を彩る、パワー溢れるコスメの誕生です。

photograph:YURI HANAMORI　styling:AKIKO KIZU　hair:KEIKO TADA[mod's hair]　make-up:AIKO ONO
model:MAYUMI SADA　edit:HIROKA AMANO

独自開発のブルーミングエキストラクト※3を全アイテムに配合

3つの花が持つエネルギーに着目し、日々変化するオトナの肌のために厳選&ブレンドした、独自のブルーミングエキストラクト※3を配合。ヒメフウロエキス、ダマスクバラ花エキス、カーネーション花エキスは、保湿とエイジングケア※4の美肌効果に期待でき、ザ・フラワーショップの全アイテムに配合しています。

佐田真由美がプロデュースするコスメブランド
解説！THE FLOWER SHOP

EYE SHADOW

マット×シアーラメで陰影も洒落感も

ハリが失われてくすむ大人の目元に、陰影と洒落感を宿す秀逸な3種のカラバリ。マットとシアーラメのコンビで簡単に立体感が。スルスル軽やかになじんでピタッと密着。眉にも使って一体感のある目元に仕上げるのも◎。

ザ・フラワーショップ アレンジメントシャドウ 上から時計回り：ミスティックアンバー、ロマンティックシダー、ポエティックローズ 各¥2,420

CHEEK

オイルリッチパウダーでしっとりツヤ頬

肌の内側からジュワンと滲み出るような血色や、自然な立体感を演出できるチークは、オイルリッチで濁りのない透けツヤ質感。プニッと柔らかなテクスチャーは、指でもブラシでもツールを選ばず美しい仕上がりが叶います。

ザ・フラワーショップ グロウチーク 上から時計回り：オレンジポピー、シダローズ、プルメリアピンク 各¥2,420

Star Item LIP

重ねるごとに表情が変わる楽しさを

唇に触れた瞬間にとろけて密着する、軽やかなつけ心地のリップ。プランプ効果で縦じわをカバーしてムチッとボリュームのある唇[*1]に。肌色を選ばず楽しめる4色は、長時間ジューシーな発色が続くのも嬉しいポイント。

ザ・フラワーショップ ペタルルージュ 左から：ダリアコーラル、コスモスルビー、ブラウンローズ、ピュアスイートピー 各¥2,420

*1メイクアップ効果 *2保湿成分 *3全て保湿成分 *4年齢に応じたケア

Color Make-Up

「くすみがちな大人の肌悩みをポジティブに変換してくれる、色や質感にこだわりました。どのアイテムも1度塗りだととても薄づき。重ねるごとに発色して奥行きが出るので、メイクが苦手な人でも失敗なく楽しめるはず。シーンに合わせて使い方を楽しんで」（佐田さん）

真由美使用アイテム ザ・フラワーショップ アレンジメントシャドウ ポエティックローズ、同 グロウチーク プルメリアピンク、同 ペタルルージュ ダリアコーラル

エイジングを武器にして
ハッピーに彩るカラーアイテム

お問い合わせ先
msh ☎0120-131-370
https://theflowershop.jp
theflowershop.official

Mariko's

SKININ aesthetics

悩めるミューズにアドバイスします♪

PROFILE_おおの・まりこ／実業家、美容家。アパレルブランドや健康食品会社を経営するほか、美容機器会社の取締役など多岐にわたって活躍中。"皮膚の変態"を自称する、肌管理を趣味とする奇跡の45歳。最新の人生啓発本『美人はリスク』(小学館刊)が大好評発売中。

ジレ¥22,000、パンツ¥22,000(共にELENDEEK)、プレートピアス¥19,800、パールキャッチ¥38,500、リング¥59,400(全てcarat a／ISETAN SALONE TOKYO)

What's「真理子会議」?

YouTube ▶

IGライブからスタートした、視聴者から寄せられたお悩みに真理子様が答えるSNSの人気企画。美容のみならず、家庭や恋愛などさまざまな相談に対し、独自の視点で語られる愛ある回答にファン多数！

美容から子育て、人間関係まで！
ミューズたちの悩みにズバッと答えます

誌上・真理子会議
for オトナミューズ

"真理子様"こと人気美容家の大野真理子さんのSNSの人気企画「真理子会議」を、誌上にて特別開催。インスタグラムで募集した、リアルなミューズ読者から寄せられたお悩みに、ズバリお答えいただきました。自称・皮膚の変態のSkin(皮膚) Investment (投資)の神髄がここに。全女性、必読です！

photograph:WAKABA NODA[TRON](model), ASA SATO(still)
styling:MEI SUGAWARA
hair & make-up:YUKI MUROHASHI
model:MARIKO ONO edit:HIROKA AMANO

自称・皮膚の変態に聞く

美容のお悩み編

やはり、読者からのお悩みでダントツに多かったのが美容に関するトピック。誰もが見惚れる美肌を誇るそのお姿から繰り出される回答は、半端ない説得力。取り入れられることからぜひ！

真理子様にとって、美容とは何ですか？

心と向き合う時間

「なんとも深い質問（笑）。元々私は清潔なもの、透明感があってクリアなものが好きで、クローゼットにも、濁りのない白い洋服が圧倒的に多いんです。だから美容というと造形に関することを思い浮かべがちですが、私は大好きな美容に向き合う=心が洗われるものと定義しています。美しいものに囲まれていると、心が清らかになりますよね」

デスクワーク中に気をつけていることはありますか？

重心に気をつけて座る＆脇のストレッチ

「集中して作業をしていると、どうしても重心が片側に寄ってしまいがちなので、なるべく真っ直ぐをキープできる座り方を意識。オフィスで屈伸して太ももを伸ばしたりするのはかなりハードルが高いので、立ち上がった際に腕を伸ばして壁に付けて、脇をグッと伸ばすストレッチを心がけています」

スキンケア以外の美容習慣を教えて！

食事・運動・紫外線対策（まだまだありますが……）

「正直あり過ぎますが、パッと思いつくものはこの3つ。特に45歳を過ぎてから運動にはかなり真剣に取り組むようになりました。週に2回のジム通いに加えて、朝起きたらパジャマを下だけレギンスにはき替えて、マンションの裏階段を1階から10階以上上ることを雨の日も風の日も続けています。栄養を考えた食事を心掛けるほかに、最近カフェイン断ちに成功。そして紫外線予防はお顔以外も絶対です」

紫外線対策は365日。ご自身が納得のいくデザインと機能性を追求した日傘のプロデュースも（人気殺到につき、現在は在庫切れ中）。

日焼け止め、何を買ったらいいのか分かりません。真理子さま的ベスト3は？

今期は多機能チーム、乳液・クリームチームの大きく2種が。ライフスタイルや好みでまずどちらかを選んで

「今季も素晴らしいアイテムが大豊作な日焼け止め市場ですが、UV効果に+αの効果を兼ね備えた"多機能"チームと、乳液やクリームに最高値のUV効果を搭載した、テクスチャーが滑らかな"乳液・クリーム"チームに大きく分かれます。UV+エイジングケアまで叶えたい人は多機能を、日焼け止めを塗り忘れてしまうことがあるうっかりさんは、乳液・クリームタイプをチェックしてみてください」

多機能チーム

1_紫外線アレルギーがある真理子様が、今季一番防御できて無痛だったというのがコチラ。肌奥まで届くDeep紫外線までカット。アスタリフト D-UVシールド トーンアップ ローズ SPF50+/PA++++ 30g ¥4,290（富士フイルム） 2_日中も美容液レベルの美白&美肌ケア。ファンデの上から重ねて使える化粧上地機能も。ホワイトショット セラムUV［医薬部外品］SPF50+/PA++++ 45g ¥7,150（ポーラ） 3_黄ぐすみを払って心地よくトーンアップ！血色感のある生ツヤ肌に。UVイデア XL プロテクショントーンアップ ローズ+ SPF50+/PA++++ 30mL ¥3,960※編集部調べ（ラ ロッシュ ポゼ）

乳液・クリームチーム

1_発酵によって生まれた独自の「黒米発酵液」やシワ改善&美白有効成分を配合。コクがあるのにベタつかないメイク前でも使いやすいテクスチャー。FAS ザ ブラック デイ クリーム［医薬部外品］SPF50+/PA++++ 40g ¥6,600（シロク） 2_1本で乳液・化粧下地・プロテクターの効果が。エリクシール デーケアレボリューション ブライトニング + ba［医薬部外品］SPF50+/PA++++ 35mL ¥3,740（エリクシール） 3_紫外線だけでなく外的刺激から肌を守り、ハリのある潤いツヤ肌に。カバーマーク トリートメントデイ クリーム SPF50+/PA++++ 50g ¥8,800（カバーマーク）

朝晩のスキンケアルーティーンは？

朝は ながら 、夜は 顔面成金 に！

「とにかく時間のない朝は、ながら作業で全ての工程を行い、巡りをよくしてメイク前の肌の土台作りを。夜は翌日にその日の肌ダメージを持ち越さないように、しっかり修復をしてくれるラグジュアリーなエイジングケアアイテムをたっぷり使ってお手入れします」

NIGHT

START!

優しいクレンジングでメイクオフ

左から：アイ & リップ メイクアップ リムーバー 100mL ¥2,530（アディクション ビューティ）、V.C. リリースクレンジングジェル 100g ¥3,520（dr365）、トリートメント クレンジング ミルク 200g ¥3,300（カバーマーク）

入浴中はボーッとする

「年末に頭がとにかく痛くて病院へ行ったら、脳疲労だと言われまして。常にノンストップで忙しく考えてしまうんですが、人はボーッとする時間が必要なんだそうです」

頑固な汚れは専用パックで

「メイクオフしても、小鼻がざらついているときは専用パックで角栓ケアを」SOFINA iP ポアクリアリングジェル ウォッシュ 30g ¥1,980※編集部調べ（花王）

顔面成金は輝く化粧品から

「夜は心まで満たしてくれるようなラグジュアリーなアイテムを惜しみなく。シャネルがお気に入り」サブリマージュ レクストレ ドゥ ローション 125mL ¥53,350（シャネル）

©CHANEL

肌が明るくなる今季の美容液 2 トップ

エクシア ブライトニング イマキュレート セラム Z ［医薬部外品］1.5mL×28個 ¥27,500、アンフィネス ブライトニング チャージャー ［医薬部外品］1.0mL×28個 ¥8,800（共にアルビオン）

腹立たしいほど高額だけど効果絶大

「海外へ行くたびに、免税店で買いだめをするほど心酔してます」ザ・ナイト リペア コンセントレート 50mL ¥93,500（ラ・メール）

リッチなクリームでフタを

「リッチな顔面成金ケアの最後は、大好き過ぎるクリームをたっぷり塗ります。翌朝のハリ感は感動もの」SK-II LXP 金継ぎ クリーム 50g ¥68,200※編集部調べ（SK-II）

目元、唇の細部まで抜かりなく

「パーツケアは信頼の2品を」左から：エスト ザ リップセラム 10g ¥3,300※編集部調べ（エスト）、エピステーム ステムサイエンス アイ 18g ¥19,800（ロート製薬）

MORNING

START!

巡りをよくする洗顔を

「夜たっぷり保湿をしているので、洗顔料を使ってしっかり洗います」エスト AC ピュリファイ マッサージウォッシュ 170g ¥4,950※編集部調べ（エスト）

お弁当を作りながら炭酸パック

「料理中の顔は暇なので（笑）、有効活用」ドクターメディオン スパオキシジェル ブライトプラス 6回分〈カップ・スパチュラ付き〉¥8,910（メディオン・リサーチ・ラボラトリーズ）

入浴しながらカッサで頭皮ケア

「お弁当作りが終わって子どもたちを送り出したら、入浴タイム。朝晩2回入浴をしますが、洗髪するのは朝。まず湯船の中でカッサを使ってグリグリ頭をほぐします。朝も夜も入浴は15分程度で意外と短めです」

ミスト化粧水で仮保湿

「湯船から出たら、ダッシュでケアが始まります。スキンケア前の準備的に霧状のミストで顔の水分補給を」ブライトリーモイストシャインミスト 120mL ¥7,920（レカルカ）

からだもたっぷり保湿

左から：キュレル バスタイム モイストバリアクリーム ［医薬部外品］310g ¥1,980※編集部調べ（花王）、ザ・ギンザ ボディエマルジョン 180mL ¥16,500（ザ・ギンザ）

炭酸ミストをして一息つく

「この超微細な心地いい炭酸ミストは欠かせない！ しっかり成分を浸透させて、いったんひと息」メグリー／ナンバーゼロ¥3,300〈専用デバイス付セット¥30,000〉（MTG）

コットンパックでクールダウン

「メイク前は顔の温度を下げるために、部分使いできる朝マスクを使用」ビタシープラス クイックマスク 50枚入り ¥1,650（ミシャジャパン）

スキンケア一式を一気に遂行

左から：ジェニフィック アルティメ セラム 50mL ¥17,820（ランコム）、トランシーノ薬用ブライトニングクリアローション［医薬部外品］150m ¥3,630※編集部調べ（第一三共ヘルスケア）、ジェノプティクス インフィニットオーラ エッセンス［医薬部外品］50mL ¥33,000※編集部調べ（SK-II）

ドライヤーなどのヘアギアの愛用品教えて！

最新から定番 まで、幾つかのアイテムを 使いわけ

「頭皮をほぐすマッサージギア、髪を乾かすドライヤー、ロールブラシ用のドライヤー、ストレートアイロンetc.と、あらゆるギアを目的に合わせて駆使しています。ちなみに3週間に1回、プロの手に委ねてヘアカラーと一緒にヘッドスパで頭皮のクレンジングとトリートメントを定期的にするようにしています」

1_髪を乾かすだけでなく、根元の立ち上げや自然なカールといったスタイリング用アタッチメントが。リファビューテック リセッター ¥38,500（MTG） 2_髪を通すほど手触りのいいストレートヘアに。ヘアビューロン 4D Plus ［ストレート］¥49,500（バイオプログラミング） 3_コンパクトながら、素早くまとまりのある艶めき髪に。リファビューテック ドライヤー S+ ¥39,600（MTG） 4_EMS電気針とLED光でリフトアップも美肌ケアも。マイトレックス イーエムエス ヘッドスパ プロ ¥15,950（MYTREX）

今の年齢まで続けてきてよかったと思う美容法は？

365 日の日焼け止め と 頭皮ケア

「肌で言ったら日焼け止めを塗り続けていること、あとは頭皮ケアでしょうか。私は20代から、この先悩むであろうことを10年先回りして美容プランを考えるようにしていて、予防ケアは結果コスパがいいんですよね。30歳のとき、40歳で頭皮関係に困りそうだなと考えてお手入れを続けてきたおかげか、45歳の今もまだ、白髪や薄毛には悩まず過ごせています」

左から：頭皮の毛穴に着目。ふわっとボリュームアップ。メディカルプルーフ ザ フォレスト 頭皮美容液 100mL ¥22,000（M/EDICAL PROOF）、頭皮にスッと広がり髪にハリ・コシが。アベイユ ロイヤル スカルプ&ヘア オイル インセロム 50mL ¥20,460（ゲラン）

歯のケア、何をされていますか？

月1の ホワイトニング と 高機能歯磨き で歯茎ケア

「朝昼晩1日3回の歯磨きと、『ホワイトラボ東京』というクリニックで月1でホワイトニング&クリーニングを同時にお願いしています。歯磨きは歯を磨くというより、歯と歯茎の間をしっかり磨いて、歯周病対策を。味はしょっぱくてかなり独特ですが、薬用成分がたっぷり配合されていて、むし歯から歯周病対策までトータルでケアできるアイテムを愛用。最近は口内マッサージにも注目。かなり痛いけれどリフトアップにすごく効果があるそう」

10種の薬用成分を配合。歯周病から虫歯まで、歯と歯茎をトータルでケア。クリーンデンタル トータルケア 100g ¥1,452※編集部調べ（第一三共ヘルスケア）

毎月通っている美容施術を教えて！

肌育のための

メソナJを月イチで

「さまざまな美容医療施術をしてきましたが、レーザー治療などはやはり肌への刺激がそれなりに大きいので、最近は肌育のための治療に注力してメンテナンスをしています。月に1回行っているのは、真皮層までしっかり美容成分を導入できる『メソナJ』という施術。痛みもダウンタイムもないけれど、肌質改善効果は絶大です」

ビアンカ表参道

住東京都港区南青山5-11-10 南青山511ビル2F TEL050-1807-1593 営10:00～19:00 休不定休 料メソナSA 全顔¥19,800（1回） https://bianca-omotesando.jp/

美容のために積極的に摂っているものは？

タンパク質と水溶性食物繊維

「お肌や髪のためにお肉やお魚、大豆製品といったタンパク質を摂ったり、ちょっと引かれるくらいまわりより圧倒的に毎日大量に食べるのが水溶性の食物繊維。芋類やわかめやひじきといった海藻類、きのこなどをたっぷり毎食摂るようにしています。老廃物を出してくれている感覚があって、確実にからだが軽く感じるようになりました。あとは揚げ物は極力控えて、良質なオイルを生で摂るように意識しています」

子どものころからやっておくべき美容はありますか？

やっぱり……

日焼け止め！

「中学生の娘はすでにメイクを楽しみ始めているんですが、ファンデーションはまだ必要ないしトラブルを引き起こしかねないので塗らないよう伝えているのと、年々紫外線量は強くなってきていることもあり、未来の肌のためにも日焼け止めは必ず塗らせています。小学生の息子は気持ち悪がってなかなか塗ってくれませんが（涙）、コツコツ啓蒙は続けています」

子どもにもUVケアで未来への肌育を

うるおいバリアを整え、紫外線やブルーライト、大気汚染からもプロテクト。アベンヌ ミルキープロテクター UV 40mL ¥3,300※編集部調べ（ピエール ファーブル ジャポン）

1_ソフトで滑らかな手肌に。クレームブールレマン[医薬部外品]SPF18/PA++ ¥9,350（クレ・ド・ポー ボーテ） 2_シルクのような塗り心地で手元ふっくら。センサイ インテンシブ ハンドクリーム 100mL ¥9,350（カネボウ化粧品） 3_ロールオンタイプ。uka ネイルオイル 24:45 5mL ¥3,960（uka Tokyo head office）

手元の美さに見惚れます。手元やネイルのケアは何をされていますか？

3週間に1回のサロンでのケアと、寝る直前のたっぷり保湿

「ネイルは『brace Nail』という表参道のサロンで、3週間に1回ジェルネイルのメンテナンスを。YouTubeでアイテム紹介の際、商品が美しく見えるかつ指を長く見せるためのベージュを3、4パターン、シーズンで使い分けています。自宅でのケアは、1日で唯一手を洗ったりものを触らないでいられる寝ている時間が勝負。センサイのハンドクリームをた～っぷり就寝前に塗り込みます。日中はSPFの入ったハンドクリームやネイルオイルで保湿ケア」

毛穴がとにかく気になります……

毛穴のタイプに合わせたアイテムでケアを

「毛穴は美容医療より、日々のスキンケアが大事だというのが私の持論。皮脂が詰まったり開きが気になる毛穴には、角栓を崩壊させてくれる洗顔料やビタミンC配合のスキンケアが効果的。エイジングによるたるみ毛穴には、レチノールが入った美容液を投入。毛穴は食べ物もとても大事で、揚げ物や甘いものを控えることも毛穴に有効。かなり変わると思いますよ」

開き毛穴には...

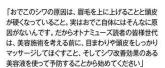
3_バイユア ビタギビング アクアセラムマスク 25mL×1枚 ¥390（Hamee） 4_オバジC クリアアドバンスドローション 150mL ¥4,950 5_オバジC25セラム ネオ 12mL ¥11,000（共にロート製薬）

たるみ毛穴には...

1_エンビロン C-クエンスセラム 1 35mL ¥18,040（プロティア・ジャパン） 2_セラムヴィタリテオープレシュー 40mL ¥30,800（クレ・ド・ポー ボーテ）

おでこのシワを何とかしたいです！

美容医療を考える前に、目まわりと頭皮をほぐして

「おでこのシワの原因は、眉毛を上に上げることと頭皮が硬くなっていること。実はおでこ自体にはそんなに原因がないんです。だからオトナミューズ読者の皆様世代は、美容施術を考える前に、目まわりや頭皮をしっかりマッサージしてほぐすこと、そしてシワ改善効果のある美容液を使って予防することから始めてください」

人間関係やライフスタイル etc.

美容以外のお悩み編

真理子会議の醍醐味は、子育てや仕事や恋愛といった相談に、真理子様がビジネスなどでの人生経験から生まれた哲学が繰り出されること。読者の皆様からのたくさんのお悩みに、愛あるお答えをいただきました。

Q1. 人と接する上で意識していることはありますか？

A 普段の**5倍**サイズの笑顔を意識しています

「表情って思いのほか、心で思っている通りには表れていないんです。だから常に思っている5倍の笑顔を意識するようにしています。そして相手に興味を持って話を聞くことも心がけています。若いころは仕事に一生懸命で、不機嫌になることも多かったけれど、怒らず笑顔でいるほうが仕事が円滑に回ることに気付いてからは、イライラすることも減りました」

Q2. 現在育休中で、この春から仕事復帰します。子育てと仕事の両立で真理子様が大切にしていることは何ですか？

A 両立しようとして、無理はしないで

「お部屋が汚くても、食事が多少適当でも、子どもはちゃんと育ちます。100点を目指そうとしても、それは無理。完璧主義はいったんやめて、両立しようとは考えず、できることをやればいいと思うんです。できない自分を責めて不機嫌を過剰に撒き散らすほうが、子どもには大きなプレッシャーに。私もSNSなどでは見せられるいい部分しか出していません（笑）。出来合いのものを食卓に出すことだってあります。無理しないスタンスでいれば、子育ても徐々に楽になると思います。あなたのペースで頑張ってください」

Q3. 遠距離恋愛中の彼がいて、結婚したいと思っています。どうアプローチしたら良いと思いますか？

A デキる営業になりきって考えて

「遠距離恋愛は、地方にいる上顧客との関係をうまく進めるためにどうするか？ と営業マンになりきってシミュレーションすると分かりやすいです。久しぶりに会えたのに、やれ連絡がないだの文句をブーブー言われたらウザッて感じますよね。すごく忙しそうで、人気がありそうで、生き生きしていて、でもあなたが特別だから時間を割いている……というモチベだったら、離してなるもんかと盛り上がると思いませんか？」

DOCTOR MADE®プロテイン 750g ¥16,200（ドクターメイド https://doctormade.jp/）

Q4. 朝起きてお腹が空いていたら何を食べますか？

A プロテインをゴクっと！

「タンパク質を意識して摂るようにしていることもあって、朝はプロテインを飲むことがルーティーンになっています。そこから、からだの調子を見て何を食べるか考えます。午前中はギュッと仕事に集中したいので、お腹いっぱい食べることはほぼありません。プロテインの最近のお気に入りは腸内環境を整える成分が豊富に含まれた『ドクターメイド』のもの」

Q5. 年々素敵だなと思える人に出会えなくなっています。このままだと誰とも恋することが出来なさそう。

A ホルモンの仕業です。ドキドキに敏感になって

「若いときって、自分の遺伝子にバチッと合う人を見つけるために、気になる人と出会うと胸が高鳴るようにできているんですが、年齢を重ねるとホルモンの仕業で、DNAのトキメキゾーンのキャパシティが広がっちゃうんです。だから出会ってもトキメキへの反応が鈍くなるから、10～20代のころのように胸が苦しくなるような恋愛がしにくくなっていくんですよ。それを踏まえると、ちょっとのドキドキをキャッチしろ！ とアドバイスしたい。心の機微にもっと敏感になってみてください」

Q6. 人生で１番輝いていると思うのはいつですか？

A 今！

「今が一番って思いたいし、そう思えるように頑張りたいなと思います」

Q7. 経営者で自分は神以上だと本気で言ってくるモラハラ彼氏。対処法はありますか？

A 彼に不足しているジャンルを極めて！

「彼は彼女より、自分のほうが人間的に価値があると思っている厄介なパターンですね。そういうことをする人って、弱みもある。仕事で成功するために、そして自分を神格化するためのマストリストが彼の中にあるはずで、それに対する不足要素を洗い出して、それをあなたが持つしか、力バランスは変わりません。例えば、彼が健康で活躍するために、料理の腕を徹底的に磨いたり、彼がマーケティングに弱かったら影響力のあるコミュニティにあなたが入って人脈を拡げたりetc. 彼が成し得ないジャンルに特化して極めると、急に扱いが変わるタイプです。徹底的にリサーチしてみてください」

Q8. 38歳未婚です。これからの人生を楽しむために大切なことってなんですか？

A 目の前のことに感謝することを忘れないで

「SNS上には今たくさんの情報が溢れていて、もっと綺麗になりたいとか、もっとお金を稼ぎたいとか、欲することばかりになりがちですが、目の前にあることを大切にできないと、本当に手に入れたいことを大切にできないと思うんです。まず現状に感謝する。すると精神的に枯渇せず心が豊かでいられると思います。私は本当に大切にすべきものを、定期的にリストアップすることを習慣にしています」

Q9. とてもお忙しいと思いますが、時間の使い方で気をつけていることは？

A なんでも〝ながら〟を意識しています

「生き急ぎ過ぎて、混乱することがあるのがコンプレックスなんですが(笑)、お弁当を作るときもパックしながら、ジムでウォーキングをするときも英語の勉強をしながらetc. 仕事以外は全て"ながら人生"です。何かひとつだけに集中することってあまりないんですよね。とはいえ、頭を休める時間は必要なので、夜お風呂に入るときだけはボーッとするように意識してます」

Q10. これからの人生で、やってみたいことはありますか？

A 死ぬまで仕事をしていたい！

「結婚をしてからなかなか海外へ行く機会がなかったので、主人と共通の趣味であるアート巡りをしに海外へ行きたいですね。あとは……やっぱり仕事をしていたい。死ぬまで仕事を続けていたいです」

トップス¥12,100(JOSE MOON)、ピアス¥38,700、リング¥56,000(共にniin／H3Oファッションビューロー)、その他スタイリスト私物

Interview with
MARIKO

美白有効成分であるトラネキサム酸 私が信頼を置いている成分です

星の数ほどの美白アイテムを試した大野さんが、トランシーノを愛用する理由は"研究の奥深さと知見への信頼感"なのだそう。「トランシーノといえば、トラネキサム酸。私は赤みが出やすい肌タイプのため、紫外線を浴びた日の夜には、必ず抗炎症作用を持つトラネキサム酸配合のアイテムを使って、メラニン活性にストップをかけます。今年も天井知らずで様々な新作が出ていますが、トランシーノは点のしみも面のくすみもケアできる体感があるのと、化粧水と乳液というスキンケアの通常ルーティンで美白ケアができるのが素晴らしい。紫外線を浴びて乾燥した肌でもなじみがよく、スッと浸透してくれるテクスチャーも心地いい。特に忙しい朝はスキンケア後すぐメイクに取り掛かりたいので、浸透のよさやその後に使う日焼け止めとの相性がとても重要で、このコンビはどんなアイテムとも相性がいいんです。乳液をスキップする人も最近多いと聞きますが、私にとっては朝や日中の保湿ケアに欠かせないアイテム。それに顔と首の色差が気になる人は、乳液をぜひ取り入れて。伸びがいいからしっかり首やデコルテまで広げられて、お顔の印象がグッと明るくなりますよ」

大野真理子さんと考える

才色兼備な美白とトランシーノ

濁りのない澄み渡る透明美肌を誇る美容家・大野真理子さん。その美しさはキープし続けるどころか日々進化。そんな大野さんが、長年信頼をおくトランシーノが今季パワーアップ。大野さんが考えるその魅力を聞いてみました。

photograph:WAKABA NODA[TRON](model), KENICHI YOSHIDA(still)　styling:MEI SUGAWARA
hair & make-up:YUKI MUROHASHI　model:MARIKO ONO　edit:HIROKA AMANO

*1 きめの乱れなどによって周囲の色と比べて暗く見える部分 *2 DPG *3 当社比(コスメディカ デュア アンチドライミルキーローションとの比較) *4 セイヨウナシ果汁発酵液(保湿) *5 シクロヘキサンジカルボン酸ビスエトキシジグリコール(保湿)
*6 DL-PCA・Na液 *7 国内基準最高レベル(SPF50+/PA++++) *8 トレハロース、ポリメタクリロイルオキシエチルホスホリルコリン液 *9 オレイン酸ポリグリセリル、水添大豆リン脂質、フィトステロール(保湿)
美白:メラニンの生成を抑え、しみ・そばかすを防ぐ　浸透:角質層まで　しみの根源:メラニンの生成を促すしみ情報のこと

おしゃれなあの人のバッグ&ポーチの中身

What's in HER BAG?

いつもおしゃれなあの人はどんなバッグを持っているのか、その中身は何だろうと、気になったことはありませんか？ 今回は特別にミューズモデルと業界人6名に、愛用のバッグとポーチの中身を見せてもらいました。

photograph:MAYA KAJITA[e7] text:MAIKO WATANABE

モデル
竹下玲奈さん

PROFILE_たけした・れな／ミューズを代表するおしゃれ番長。仕事と育児の両立を楽しみながら、Instagramでは個性が光るファッションやライフスタイルを発信し、多くの支持を集める。

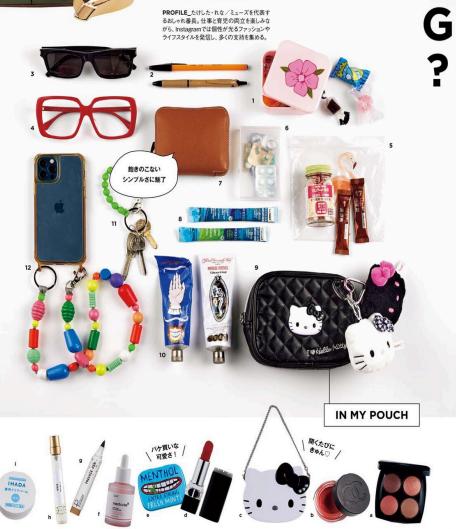
軽やかに持てるバッグには自分のご機嫌を取れるものを

クロスボディやショルダーなど、フレキシブルに持ち歩けてからだと一体化するバッグが好き。自分の"好き"をバッグに詰め込んでお出かけのお供に。

IN MY BAG

1血糖値の低下を防ぐために、キャンディやチョコをいつも持ち歩いています。お気に入りはどんぐりガム♡ このフライング タイガー コペンハーゲンのプラスチックケースは店頭で出合ったら思わず買ってしまうほどお気に入り。**2**文房具が好きで、ペンがバッグの中に入っていると落ち着く(笑)。いつも2本以上はバラ持ちしています。メモ書きしたりメッセージを書いたり、基本手書き派！ **3**・**4**サンローランのサングラス(**3**)とGUCCIの眼鏡(**4**)。眼鏡は大きめのフレームや色など、顔映りがいいものを選んでいて、基本2個持ち。**5**漢方やサプリメントを携帯。**6**几帳面な妹が無印良品で買ってきてくれたケースに常備薬を入れています。**7**エルメスの財布は開閉がスムーズで使いやすい！ PayPayなどのキャッシュレス支払いがほとんどですが、収支を把握できるように現金も持ち歩くように心がけています。**8**スーパーフードといわれるブルーグリーンアルジーをフレーク化したブレインオン。免疫力アップのためにも、毎日水に溶かして飲むのがルーティン。**9**大人に似合うキュートなキティちゃんのポーチはサイズ感もジャスト。**10**オフィシーヌ・ユニヴェルセル・ビュリーのポマード・コンクレット(ハンドクリーム)と、ポマード・ヴィルジナル(フェイスクリーム)。**11**イナ・セイファートのストラップのデザインが大好きでキーホルダー、メガネストラップなど数種のバリエーションを愛用。**12**お気に入りのスマホチャームもイナ・セイファート。

IN MY POUCH

a CHANELのレ キャトル ルージュ ユー エ ジュ 957 タンドレスは、ブラシでささっとラフに色を混ぜて血色とツヤを補います。**b** CHANELのリップ&チーク ボーム。ミニバッグのときもこれだけはマスト。チークにもリップにも、自由に使いやすい。**c** キティちゃんのミラー。**d** DIORのルージュ ディオールも赤の色みが気に入ってます。**e** フライング タイガー コペンハーゲンで買ったフレッシュミント。**f** 敏感な私の肌質に合ったメディキューブのセラムはリピート買いしました。**g** そばかすを自然にカバーするPudaierのスティックペン。**h** もともとお香で使っていた香りがお気に入り過ぎて、同じ香りの香水も持ち歩くようになりました。**i** イハダの薬用クリアバームは花粉シーズンの今の時季に心強い。

上質で実用的なアイテムを軸に 日常を楽しく彩るラインナップ

MIU MIUのバッグは、スクエアフォルムやブラウンが基調の配色、ヴィンテージっぽい雰囲気など今の気分にジャストなデザイン。コンフォート×NUBIANのレザーチャームを付けて自分らしさと遊び心をプラスしました。

モデル
ヨンアさん

PROFILE_よんあ／数々のファッション誌や美容誌で活躍。アパレルブランド「COEL」やジュエリーブランド「narin.」ではディレクターを務め、YouTube「ヨンアTV」も大人気。

IN MY BAG

1YouTube撮影や旅行に欠かせないインスタックスミニ。可愛いレトロなデザインと対照的な多機能性が優秀。**2**ビタミンやグルタチオン酵母エキスで美容ケア。**3**水中輪投げゲームは意外と夢中になれて気分転換にぴったり。**4**普段、スマホはクリアケースに入れています。息子とのお出かけや展示会などでは、ロエベのポーチに入れて持ち歩くことも。**5**オフの時間に読む本。今読んでいるこの本は、子育てや教育についての内容で刺激を受けます。**6**目盛り付きウォーターボトルで自分がその日に飲んだ水の量を管理。**7**ルーカスボーボーのハンドクリームは手元の乾燥対策に。撮影の前などこまめに保湿します。**8**オーソモルのマルチビタミン&ミネラルは、疲れたときの救世主。**9**スーッとするハーブの香りで気分もすっきり一新できるホンタイ ハーブ インヘラー。**10**小銭が多いと財布の形が崩れてしまうので、エルメスのケースに小銭をIN。**11**シャネルの財布はソフトなピンクカラーが気に入っています。**12**電話も音楽も、AirPodsが頼り。**13**開くたびに気分が上がるように、手帳は明るい色を選ぶことが多いです。黄色はエルメス、グリーンはスマイソン。**14**ゾーガンキンスカルプは、頭皮ケアや表情筋ケアに有効。**15**セリーヌのヘアクリップはバッグに付けてもポイントに。**16**車、会社、自宅……と持ち歩く鍵が多いので、ちょうどいいサイズ感のポーチに収納。**17**耳の後ろや首、顔などをリタニティかっさでマッサージ。**18**透け感のあるスクエアフォルムが今っぽくて選んだジャックムスのサングラス。**19**MIU MIUのポーチはギンガムチェックに一目惚れ。

IN MY POUCH

a エスティ ローダーとラデュレの限定コラボパッケージが可愛いクッションファンデ。目の下のラインに沿う形状のパフが使い心地いい。**b** 肌色がトーンアップするスックのフェイスパウダー。**c** リリーバイレッドのアイライナーは塗ってすぐ密着します。**d** エルメスのネイルオイルは、指先が乾燥しがちなのでこまめに塗布。**e** YOU&OILのスキンオイルは子どもとシェア。**f** スリーのシマリング グローデュオはハイライトとチークが一緒になっているパレット。外出のとき、これさえあればメイク直しも安心。**g** ワフィトのフィトバームバリアはベタつかず使いやすい。**h** エルメスのレ・マン・エルメス クレーム・レ・マン。**i** 愛用の香水は、ル ラボのテ ノワール。**j** スリーのリップカラーはライナーいらずに旬のオーバーリップメイクに。**k** バーバリーのキス リキッド マットはメイクがこれだけで華やぎます。

a くるくると巻いて留めるブラシカバー付きのメイクブラシはSHAQUDAのもの。ポーチの中での粉移りも防げて便利。**b** ルージュ ディオール コントゥールはベージュのリップライナー。唇が薄めなので、描いて指で馴染ませるとふっくらとした仕上がりに。**c** ukaのネイルオイルはさっぱりとリフレッシュできる香り。**d** とにかく乾燥がひどいときに役立つメンソレータムのヒビプロ。**e** エルメスのフェイスパウダーはテカリが気になったときにささっと纏うだけで整います。**f** 花粉症用の点眼薬。**g** ケースにイニシャルを刻印したラ ブーシュ ルージュのリップ。**h** ブラウン系リップが好みでしたが、最近は少し柔らかさをプラスできるようなピンクベージュっぽいリップも好き。プラダ ビューティのモノクローム ウェイトレス リップカラー。

IN MY POUCH

1 ルイ・ヴィトンのB5サイズのシステム手帳は10年くらい大切に使っています。手帳に加えて、スマホのカレンダーとスケジュールアプリの3つのタスクで入念に管理。**2**・**3** 財布（**2**）と名刺ケース（**3**）はボッテガ・ヴェネタ。持ち歩く小物もブラックを選ぶことが多かったのですが、最近は脱ブラックな気分。自分の名刺が厚紙なので、名刺ケースは収納力があって頼れます。**4** ポーチはこまめに洗いたい派なので、Aēsopの巾着ポーチが重宝。**5** ティファニーのキーリング。**6** ポテテのヘアクリップは、シャープなフォルムが好み。仕事の際に髪の毛をまとめることが多いです。**7** アロマティーク オーガニクスのブレンドオイルは、スーッとリフレッシュできる香りと柔らかい香りの2種類を持ち歩いています。ネロリハーブのSwitch Mist／ONもお気に入り。**8** yo BIOTOPのポーチ。アロマオイルの小瓶を収納するのにぴったり。**9** iPhoneはシンプルなクリアのケースに（ジル サンダーのステッカーを中に入れています）。**10** 喉が弱いので、キャンディやミントは常備。ボッテガ・ヴェネタの巾着ポーチに入れています。**11** ハンカチもシンプルなものが好き。**12** ワフィトのフィトバーム リリーフは、スーッとする爽やかな香りと使用感で緊張が解きほぐされる気分に。保湿効果も高くしっとり潤うのも好き。**13** アロマティーク オーガニクスの抗菌・感染対策サポートブレンド、プリベンションブレンドスプレーは大好き過ぎてビッグボトルを常備。

絶妙なオリーブカラーがクセに

小ぶりな巾着にお菓子を詰めて

IN MY BAG

JIL SANDERのカンノーロ
TOMWOODのトートバッグ

ヘア＆メイクアップアーティスト
佐川理佳さん

PROFILE_さがわ・りか／河北裕介氏に師事し、2013年に独立。雑誌や広告を中心に活躍し、俳優やタレントからの指名も多数。@rikasagawa

ミニマルだけど存在感のある バッグ＆小物が日常のスタメン

小さめのバッグをメインに、＋αのトートで容量を補います。カンノーロは、ずっと黒を愛用していましたが、このクリーンなホワイトとキルティングのデザインが可愛くて、2つ目を購入しました。

シンプルな装いとは反対に バッグの中は柄や色で楽し気に

通勤距離が長く、気温差に対応できるものや予備のアクセ、軽食など持ち歩くアイテムは多め。トートが大きめなので、中身が散らからないようにポーチに小分けして整理するのがマイルール。

Demiluxe BEAMSディレクター
目黒越子さん

PROFILE_めぐろ・えつこ／プレスを経てディレクターに。インスタグラムでは、大人が共感できるシンプルで洗練されたスタイリングを披露。著書「Meguro's SIMPLE STYLE MEMO」発売中。@meguro_etsuko

Maedenのショルダーバッグ
woadblueのトートバッグ

IN MY BAG

1 気温差に対応するために持ち歩いているエクストリーム カシミアのニット巻きもの。**2** マルチに活用しているレオパード柄ポーチ。**3** ジャパンフィットでかけやすいブランの眼鏡。**4** サンタ・マリア・ノヴェッラの紙香水はオフィスの引き出しに入れる用に。**5** ビーツのかっさはPC作業中の相棒。**6** 遠距離通勤のため充電器を所持。**7** iPhoneのクリアケースにパリのワイン屋さんのおばけステッカーを気に入って入れています。**8** フェルメリストビームスのリップモチーフポーチに予備のジュエリーを入れて。**9** 旅先で購入したばかりのため嬉しくて持ち歩いているサンタ・マリア・ノヴェッラの香水。マスクは急に必要になるため、わかりやすく顔アートのポーチにIN。**10** KIKOのリップスティックルージュとリーカのリップバームとコーダリーのリップコンディショナー。保湿と色付きがあればどんなシーンにも対応。ナリンのハーブオイルは気分転換に。**11** KENJIIKEDAの名刺ケースは15年ほど愛用。**12** ロエベの財布は薄くスマートで持ち歩きやすい。**13** 仕事で持ち歩くPCはザ・ノース・フェイスのケースに入れて。イヤホンはワイヤレスタイプの紛失が続き……この形状が安心。**14** マニプリのミラーは同僚からのプレゼント。**15** どのプリントも可愛いディエッフェ キンロックのハンカチはマラドーナ柄。**16** 愛犬がいるので犬プリントに惹かれがち。ディエッフェ キンロックのポップアップでゲット。**17** キャンディはいつも持ち歩くアイテムのひとつ。イタリアでまとめ買いしました。

IN MY POUCH

a KIKOのアイシャドウ。**b** Lakaのフルーティーグラムティントはリップベースとして使用。**c** Fujikoのマジカルアイブロウカラーは眉メイクの必需品。**d** エテュセのアイエディション。**e** マスカラは長さもボリュームも使い心地もパーフェクトなメイベリンのスカイハイ。**f** オレンジリップにツヤを重ねるためのセルヴォークのモイステン リップドロップ03。**g** NARSのエアーマット リップカラーはヘアメイクさんが持っていたカラーMOROCCOを自分買い。**h** KIKOのチーク。**i** ディアダリアのスキンルミナスハイライター。**j** アディクションのザ リップバーム グロウティントはブラウンみを足してくれるので今のトレンドにジャスト。**k** 長年愛用しているジョンマスターオーガニックのリップは魚座柄の限定デザイン。**l** 髪やボディの乾燥が気になるところに気軽に使えるジョンマスターオーガニックのマルチバーム。

フリーランスPR
佐藤麻理奈さん

PROFILE_さとう・まりな／アパレルブランドのプレスを経て、フリーランスPRに転身。小柄ながらバランスのよい着こなしにファンも多く、Instagramのフォロワーは8万人超え。@_marina.________

気品とこなれ感を足すバッグに統一感のあるモノトーン小物を

ベーシックなファッションが多いので、かっちりし過ぎずちょうどいい洗練感をもたらしてくれるバッグが重宝。普段のファッションも小物も、シャープなモノトーンに惹かれがちです。

IN MY BAG

1 RICOHのGRはスタイリング撮影用に。**2** 撮影データをスマホやPCに取り込むカードリーダーと、通勤中に音楽を聴くためのAirPods。**3** コーデ撮影や展示会など、仕事中のスタイリングに合わせてアクセサリーを足し引きするために、バリエーションを常備。ソフィ・ビレ・ブラーエのジュエリーボックスに入れて持ち歩きます。**4** テクラのタオルはカラバリで揃えていて、心地いい肉厚で安心感があります。**5** イソップの保湿ミストは気になるときにシュッと吹きかけて潤いをチャージ。サテンのヘアゴムやかんざしは、仕事中に髪をまとめることが多いので重宝しています。**6** バッグの中でバラバラと迷子になりそうなものはボッテガ・ヴェネタのポーチにIN。**7** スタイリングのイメージをiPadに画で描き起こすことも。ミーティングも基本的にペーパーレスで対応。**8** CELERIのイヤリングはぷっくりとしたフォルムが好き。**9** ポーチとデザインを揃えたボッテガ・ヴェネタの財布は、小ぶりながらカードもたくさん入るので実用的。**10** スマホケースはシンプルなアップルの純正レザータイプを愛用。**11** パフューマーエイチの香水はフローラルの香り。バッグの隙間にすっぽり入るサイズ感もお気に入り。**12** コスメはボッテガ・ヴェネタの巾着に収納。**13** コーディネートにエッジをきかせる役目として、フォルムや雰囲気の異なるサングラスを必ず2個持ち。スマートなミュウミュウのサングラス。**14** ボッテガ・ヴェネタのサングラスはセリーヌのケースに入れています。

IN MY POUCH

a 保湿効果があり、見た目よりも薄づきで使いやすいアディクションのリップバーム。b CHANELのルージュ アリュール ラックはグロスなのにピタッと密着して落ちにくく、色の異なる3色をマストで常備。なかでも75番はリピート5本目！ c CHANELのヴェルニは951。どんな装いにも似合うヌーディな色をセレクト。d エルメスのレ マン エルメス バーズ エマイユはネイルのベースコート。発色や仕上がりも俄然違います！ e rms beautyのハイライトはTゾーンや頬、鼻、あごに塗布。アイシャドウとして使うことも。f Lakaのクリアな眉マスカラで毛流れのいい自然体の眉に。g ミラー。h 日常に便利な絆創膏とコンタクトレンズ。i バイレードのリキッド リップスティック ヴァイナル ファントムは、グロスだけどハイライト代わりに愛用。通常のハイライトよりも水分量が高くうるうるツヤツヤな目元に。

日々のパフォーマンスを向上させる 頼れる実用的なグッズをIN

荷物は必要最小限に整理をしますが、仕事やジムへ行く日はサブバッグとの2個持ちが必須。モダンな形状とシンプルなブラックで、モノトーンが多い普段のスタイルになじんでくれます。

SHOWROOM LINKS SALES/PR
小森 愛さん

PROFILE_こもり・あい／SNAPでは感度の高いマニッシュでモードなファッションをたびたび紹介。ジム通いが趣味。プライベートでは10代娘たちのママ。@ai__komori

IN MY BAG

1 ハイドロ フラスクのタンブラーで水を持ち運び。ジムへ行くときにも重宝。**2** 最近のスタメンサングラスは、このアヤメ一択！ フレームがしっかりとあって、シーズンを問わずカジュアルに似合うので出番が多め。**3** 基本的にキャッシュレス派。メゾン マルジェラのカードケースに最小限の小銭とカードを入れて財布代わりに。**4** どこでも臨機応変に仕事ができるようにPCを欠かさず持ち歩きます。**5** スマイソンの名刺ケースは冴えるグリーンが目に入るたびに気分が上がります。**6** アレキサンドル ドゥ パリのヘアクリップは、ベーシックな色とカタチが使いやすい。**7** 友人から頂いたヴィンテージのキーホルダーやドッグタグをつけてオリジナリティを。**8** イソップのイミディエイト モイスチャー フェイシャル イドロソールでメイクの上からシュッとチャージ。**9** ナッシングのワイヤレスイヤホンはサウンドがとにかくキレイ。**10** PCにもスマホにもイヤホンにも使えるマルチな充電器は旅行にも必須。**11** iPhoneは純正のシリコンケースでシンプルに。**12** ミニタオルはテネリータ。肌に触れて気持ちいいコットン素材。**13** アオテアのカワカワバームで肌悩みを解決。**14** ダルバのマイルドサンクリームはボディのUV対策に。**15** 無印良品のメッシュポーチにコスメをIN。容量も形もちょうどよく、開閉もスムーズでノンストレス。**16** シックスパッドのパワーガンは、凝ってる首や肩に当てて筋膜リリース。ジム後の筋肉の疲れも軽減できます。

IN MY POUCH

目元ケアを重点的に

ライトなつけ心地

a b c d e f g h i j k l

a 浮いてくる髪の毛を整えるジョンマスターオーガニックのスリーキングスティック。**b** ブライトエイジの目元用美容液はスティックタイプで塗りやすい。**c** SUQQUのトリートメント ラッピング リップは、これ1本あれば安心。オレンジみが強く保湿力もありお守り代わりに。**d** ディオール アディクト リップ マキシマイザーはEC限定カラー。**e** アディクションのリップ セラム ティントはリピート4本目！ **f** アディクションのザ アイシャドウパレットでお直しもコンプリート。**g** G.B.KENTのメンズ用コームが使い勝手抜群。**h** メゾン ルイ マリーのロールオンタイプの香水は香りに魅了。リピート4本目！ **i** チャントアチャームのディープ モイスト リップトリートメントは、とろみのあるテクスチャー。**j** ukaのネイルオイル。**k** NARSのアフターグロー リップバームは、しっとりするのにシアーな色づき。**l** ディー・アール・ハリスのリップ バームはミント強めで気分によって使い分け。

ハウオリ HAU'OLI

HINANO YOSHIKAWA

毎回自由に内容を変え、お送りしていくひなのの連載。
ハウオリはハワイ語でHAPPYの意味です。

interview:HAZUKI NAGAMINE

©YUYA SHIMAHARA

©KOTORI KAWASHIMA

チャクラケアの専門家

かい／セラピスト、文筆家。鎌倉にて、チャクラや瞑想の講座、執筆を行う他、自身のショップも営む。著書に『kaiのチャクラケアブック』（エムエム・ブックス）。毎週木曜日にSpotifyで『スピリラジオ』を配信。

©AFLO

Special Talk

〝現在、生まれ変わり中〟、宣言

――今回は連載スペシャルバージョン。ゲストとしてチャクラケア専門家kaiさんが登場。そもそもお知り合いになったきっかけは？

ひなの（以下H）　kaiちゃんが本（服部みれいさんとの共著『自分を愛する本』）を出して、それを編集部の人がわたしに送ってくれたのがきっかけ。この本を読んでから、kaiちゃんについていろいろ調べて、DMを送ったんだよね。

kaiさん（以下K）　そう。ひなのちゃんの本もYouTubeもいろいろ見ていたから、「え、やばー」と思って。メールを返したら、ちょうど帰国してたんだよね？

H　たまたま日本にいたから、すぐにお茶しに行ったよね。kaiちゃんもわたしのYouTubeのことを話してくれてたりして、なんかすっごい相思相愛じゃんみたいな。嬉しくなっちゃって、初対面なのにタラタラ悩みを打ち明けた。

K　たぶん6時間ぐらいお茶してたよ。

H　その数カ月後に、またわたしが日本に帰ってきてたの。ちょうど鎌倉に行く機会があって、kaiちゃんが鎌倉在住だったと思い出して、「今、鎌倉にいるんだ」「えーー！」って。忙しい合間をぬって、会いに来てくれたのも嬉しかった。

K　そうそう、それが2度目。あとはLINEでちょこちょこと。私はひなのちゃんがやっているコミュニティに入ってるから、そこで近況は常に見てるけど、もう激烈に忙しそうだね。

H　変化のときを迎えてるの。いろいろと。

K　2025年は、「吉川ひなの、再生の時期」ですね。まさに今、生まれ変わっている感じがすごく伝わってくる。

H　再生が先か崩壊が先かはちょっと分からないけれど（笑）、わたしのオンラインサロンのプロフィールにも〝生まれ変わり中〟って書いてる。

K　それ、アファメーション（前向きな自己暗示）になってるから。今、脱皮してるよ。ハワイで10年過ごして、海や自然に触れることでチャクラが癒やされて、今やっと本当の意味で自分自身を生きるタイミングが巡ってきたのだと思う。

H　妊娠して、出産して、子どもたちと過ごしてきた中で、マインドが前とは違う自分に気づいたんだよね。幸せに満足しちゃって、実は置いてきぼりにしちゃったことがいっぱいあって、そこから目をそらすことができなくなっちゃったの。ここからが最終章っていう感じ。本当の人生が始まるんだと思うと、あと10歳若かったらなんて思ったりも。

K　カウンセリングの仕事を10年ほどやっていたんですけど、女性は特に、母親との関係によって傷ついてる人がすごく多くて。ある60代のクライアントさんは、60歳になってようやく母親との関係の傷を自覚して、自分で自分を癒やして、そこから本来の自分の人生が始まったみたいな人もいました。だからひなのちゃん、遅いなんてことは絶対にないよ。

H　ありがとう。kaiちゃんのチャクラケアを知ったら、自分の中にある気づいてなかった傷にも気づけると思うし、傷は早く癒やせるなら早いほどラッキーな気がする。いくつになっても癒やせるけれど、どうせだったら今日が人生で一番若いと思ったら早く治したいよね。わたし、最終章といいながら、今後も変わっていくと思

う。もう先のことは分からないからこそ、常に今、ベストを尽くして生きるしかないよね。
――（フタッフ含め全員が無言でうなずく）
H　全員が同時にうなずいてくれた（笑）。

タフな場所が最もダメージを受ける

K　人も季節と同じで、春になっていく前には冬があるし、「なんか私、いい感じかも」と思った途端、メンタルが氷点下になったり。そんなことを繰り返しているときほど、抜けてきている予兆。だんだんと春になるんだなって。ひなのちゃんは今、冬と春の境目にいて、行ったり来たりしている気がする。
H　本当にそれ。kaiちゃんが言った、抜けてきている感覚も分かるの。雪解けして、春がもうそこまで来ているなって。
K　ひなのちゃんは、自然との同調も高いから、季節に影響されやすいのかもしれないね。何かダメージを受けるとき、人ってタフな部分がそのダメージを全て引き受けようとするものなんです。ひなのちゃんの場合は心がタフ。だからこそ、すごく落ち込んだり、揺れ動いたりする。
H　わたし、メンタル激弱だと思ってた。
K　心が強いから自分が耐えればいい、それで丸く収まると考えちゃう。世の中の人はもっと安易に人や社会のせいにして生きていますよ。ひなのちゃんは、まず「私、なんか悪いことした？」と最初に自分に問いかけるでしょ？
H　そう、いい悪いを抜きにして、本当にそうかも。身の周りで起きていることを、まず自分事として考えないと、世の中が変わっていかない気がしちゃって。
K　そう物事を捉えられるのはすごいことだし、強くもある。でも同時に大変でしんどい。チャクラって第1から7まであるんですが、ひなのちゃんは、そのなかでも下腹部にある第2チャクラが傷ついていた人。幼少期、特に母親との関係が大きく影響するチャクラで、自分が愛されなかった、自分という存在を否定されたことで、「私はダメなんだ」「もっと頑張らないといけない」と。昔のひなのちゃんは自分を責める傾向が強かったのかなって感じるんですよね。
H　それは、今でもそうかも。もっと第2チャクラをケアしないと。
K　第2チャクラが傷つくと、女性では子宮のあたりに該当するので下腹部が冷える。子宮の不調など婦人科系のトラブルがある人は、チャクラの観点でいうと第2チャクラに傷があると捉えます。第2チャクラは海辺で癒やされるんですが、海は羊水と成分が似ている。ひなのちゃんは、きっとハワイに第2チャクラを癒やしに行ったんじゃないかと思いますね。
H　わたし、本当に子どものころから理由もなく海が好きで好きで、どんなときにも海にばっかり行ってた。東京に住んでたときは鎌倉にセカンドハウスを借りたりして、とにかく海のそばにいたくて。本能で海が必要だったんだね。
K　やっぱり海に惹かれる人は、何か分からないところで傷を自覚しているのかもしれない。

母からされたことは愛情に変換されがち

K　母親にされたこと、言われたこと、その同じことを自分が母親になると、ダメと分かっていても連鎖するケースが多くて。でも、ひなのちゃんは、私が知る限りはそれがない。とてもすごいことなんだけど、自分で決めたの？
H　絶対にしないって決めたの。ひとり目を妊娠中に、言われて嫌だったこと、傷ついたことは絶対に言わないし、わたしで断ち切ろうって。
K　私はパートナーとワンちゃんを子どものように大事に育てていて、ちょっとしたことで犬に対してすごく心配してしまう。というのも、私の母親がかなり心配性で、自分に対して過保護だったんですよね。私もそれが愛情だと思っていたから、どれだけ嫌だったことも全て愛情に変換されているんですよ。頭の中で、心配することが愛情だって。実はすごく傷つきながらも、それが愛情だと思ってるから、自分の大切なものに対して、大切であるほど連鎖してしまう。そうやって自分と同じ傷を作っていってしまう仕組みがあるんですよ。
H　なるほどね。実は、心配ってすごく人を弱くしてしまうよね。だから子どもには絶対に言わないようにしているの。逆に信頼されると人って強くなれる。「あなたなら大丈夫！」と信頼を伝えた上で、「困ったことがあったり、寂しかったりしたら、いつでも相談してね」って。何でも協力したいからと。根本にあるのは同じ愛情だけど、かける言葉や伝え方次第でまったく違ったものになるんだよね。
K　ひなのちゃんは自分の経験も含めて、直感的に子どもたちへの接し方を決めたんだと思うけど、心がマッチョだからできることだよ。さっきの第2チャクラを含めて、からだの下の方にある第1～3チャクラが活性化すると、気持ちも落ち着くし、何があっても動じなくなる。今のひなのちゃんには備わっている気がします。

VOL 58「kaiちゃんにチャクラケアを学ぶ」

ダメな自分を許容するポジティブな諦め

H　人間って、不完全だし残酷だし、嫌な部分もたくさんあるけれど、排除なんてできないから、それすらも認めて平和に生きていきたいなって思うようになったの。完璧は難しくても、最善なら尽くせるし。
K　日本で育つと、親からも社会からもダメな部分を指摘されて、欠けている部分を補っていく教育をされる。言葉を変えると、子どものころから今のままの自分は許されていないということをずっと突きつけられている状態で、大人になって自分を許すというワードがすごく必要になってくる。〝ポジティブな諦め〟って僕は言うんですけれど、自堕落な自分でもいいかって受け入れる。イコールそのままの自分を愛するということにもつながるのかな。
H　受け入れることこそが愛であり、許しにもなるのかもしれないね。
K　ひなのちゃんのポッドキャストで、たまに自分を受け入れられていないと「こんなんじゃだめだよね」「みんな、つまんないよね」なんて言いながらやっているときあるよね。
H　どうしたらいい？（笑）。
K　そのままでいい。そういうひなのちゃんの姿全てがみんなの希望になるから。そのままでいい、あなたは。
H　わたしは人に評価される仕事だから、誰かが聞いてくれて、誰かが面白がってくれたり、誰かのためになったりしなかったら、何の意味もないじゃんって思っちゃうんだよね。
K　たしかに一方で、そのままの自分でいいと認めるのは、すごく恐ろしいことだと思う人が多いのもよく分かる。そのままでいいって、成長しない、成長を諦める、自分を変えていくことを放棄すると捉えてしまう人も多い。それも今までの欠けている部分を指摘され、埋めていく教育、しつけの仕方が刷り込まれているから。でも、そのままの自分でいいのかもと思えたときに、本当の成長がある気がしています。
H　すごい分かる。そうだよね。
K　だから、できないことを人に任せたりするのも成長だし、できることを自分で認めて、そこばっかりを追求していくのも成長だから。欠けている部分を埋めるよりも、ずっと健全だし、伸びしろがあると思う。
H　人のために捧げるのが美徳だとされる世の中だけど、まずは自分自身に優しい言葉をかけてあげようって思ってるの。心の中なら、誰かに知られることなく自分を労れるから。
K　私たちは本来、自分のことがまずベースにあって、自分を愛せるようになって、人を愛せるようになる。ひなのちゃんが自分なりに向き合っている姿を自分の心とからだを全部使って見せてくれるから、みんながあなたの言葉に耳を傾けるし、救われている人がたくさんいる。
H　嬉しい、ありがとう。でも実際のわたしは、汗だくで、ボロボロの毎日だよ（笑）。
K　大丈夫。生きてきた過程も、ひなのちゃんが発する言葉にもいつも輝きがある。すごく光に満ちている。ボロボロであっても、それを隠さないでいてくれる事自体がとてつもない光。
H　じゃあ、わたしはわたしの生き様をこれからも皆さんにお届けします。ハワイを離れてニューライフが始まるんだけど、この先に何が待っているかはまったくの未知なんだよね。
K　本当に生まれ変わるときほど、先のビジョンは見えないもの。ニューひなの、楽しみです。

作る楽しみ、食べる喜び

vol.22

MUSE COOKING

呑める！大人のごちそうサラダ

しっかり満足感があって、見栄えもいい！家呑みのおつまみには、気分が上がるサラダがオススメ。素材のおいしさがバランスよく組み合わされた、お酒が進む"呑めるサラダ"で、充実の晩酌タイムを。

cooking : ETSUKO ICHISE ／ photograph : MIYUKI FUKUO ／ styling&text : HIROKO NAKADA

チキン、ケール、トレビスのアーモンドサラダ

レモンの酸味を効かせた、自家製玉ねぎドレッシングがクセになる。ケールとトレビスのほろ苦さは、ジューシーな鶏もも肉と好相性。

材料（2人分）

鶏もも肉 …… 1枚（250g）
ケール …… 70g
トレビス …… 2枚（50g）
アーモンド（ローストタイプ） …… 30g
塩 …… 小さじ1/3
こしょう …… 少々
オリーブ油 …… 小さじ1

A
玉ねぎ（すりおろす） …… 大さじ1/2
オリーブ油 …… 大さじ2
レモンの絞り汁 …… 大さじ1
塩 …… 小さじ1/4
こしょう …… 少々

作り方

1 鶏肉は余分な脂肪を除き、塩、こしょうをふる。フライパンにオリーブ油を中火で熱し、鶏肉を皮目を下にして入れる。こんがりと色づくまで5分ほど焼いて上下を返し、ふたをして弱火にし、5分ほど蒸し焼きにする。取り出して粗熱を取り、ひと口大に切る。
2 ケール、トレビスは大きめのひと口大にちぎる。アーモンドはペーパータオルではさみ、めん棒でたたいて粗めに割る。
3 ボウルに**A**を入れて混ぜ、**1**、**2**を加えて和える。

POINT

鶏肉は肉汁を逃さずに閉じ込めるため、粗熱を取ってから切ると◎。葉野菜はちぎることで、味がなじみやすくなる。

かぼちゃとベーコンのマスカルポーネサラダ

クリーミーなチーズをプラスし、かぼちゃサラダを
リッチな味に。くるみの食感とベーコンの塩気も食欲を刺激！

材料（2人分）

かぼちゃ …… 1/4個（正味300g）
ベーコン（ブロック）…… 50g
くるみ（ローストタイプ）…… 30g
マスカルポーネチーズ …… 100g
A［はちみつ …… 大さじ1
　 塩 …… 小さじ1/4
　 こしょう …… 少々］
オリーブ油 …… 小さじ1/2
粗びき黒こしょう …… 少々

作り方

1. かぼちゃは種とわたを除き、耐熱ボウルに入れる。ふんわりとラップをかけ、電子レンジ（600W）で5分ほど加熱し、水気をきる。フォークで切るように粗くつぶし、**A**を加えて混ぜ合わせる。
2. ベーコンは7〜8㎜角の棒状に切る。フライパンにオリーブ油を中火で熱してベーコンを入れ、こんがりと色づくまで炒める。くるみは半分くらいの大きさに割る。
3. **1**のボウルに**2**、マスカルポーネチーズ60gを加え、ざっくりと混ぜる。器に盛り、残りのマスカルポーネチーズをのせて黒こしょうをふる。

POINT

かぼちゃの種類によって加熱後の状態が違うので注意。水気が出た場合はしっかりきって、サラダが水っぽくならないように。

揚げ豚とごぼうの中華黒酢サラダ

黒酢だれがしみた豚肉とごぼうに、春菊と三つ葉の香りが絶妙にからむ！ ごぼうは気泡が出なくなるまで揚げてパリパリに。

材料（2人分）

豚ロース薄切り肉 …… 8枚（160g）
ごぼう …… 大1/2本（100g）
春菊 …… 1/3束（50g）
三つ葉 …… 1株
A［しょうゆ、酒 …… 各小さじ2］
片栗粉 …… 適量
揚げ油 …… 適量
B［ごま油 …… 大さじ1と1/2
　 しょうゆ …… 大さじ1/2
　 黒酢 …… 小さじ1
　 砂糖 …… 小さじ1/2］

作り方

1. ごぼうは皮をこそげて洗い、長さ7〜8㎝、厚さ3〜4㎜の斜め薄切りにする。水にさっとさらして、水気をペーパータオルでふく。春菊は葉を摘んで大きいものは半分に切り、茎を斜め薄切りにする。三つ葉は葉を摘み、茎を2㎝幅に切る。
2. 豚肉1枚は長さを半分に折りたたみ、再度半分に折りたたむ。残りも同様にする。
3. バットに**A**を入れて混ぜる。**2**を加えてからめ、片栗粉をしっかりとまぶす。
4. フライパンに揚げ油を深さ2㎝ほど注いで160度に熱する。ごぼうを入れて上下を返しながら、気泡がほとんど出なくなるまで6〜7分揚げ、油をきる。揚げ油の温度を170度にし、豚肉を入れて上下を返しながら4分ほど揚げ、油をきる。
5. ボウルに**B**を入れて混ぜ、**4**を加えてよく和える。春菊、三つ葉を加え、ざっくりと和える。

POINT

薄切り肉は食感がかたくならないよう、四つ折りにして。さらに片栗粉をまぶしてから揚げ、表面をカリッとさせると美味。

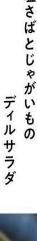
シンプルな調味で、素材の味や香りを存分に生かして。
じゃがいもと塩さばで、食べごたえのあるボリュームサラダに。

材料（2人分）

塩さば（三枚におろしたもの）
　……1切れ（正味150g）
じゃがいも……2個（300g）
ディル……3本
ブラックオリーブ（種抜き）……8個
オリーブ油……大さじ1
A［オリーブ油……大さじ3
　白ワインビネガー……大さじ1
　塩……小さじ1/3
　こしょう……少々］

作り方

1. さばは骨を除き、厚さ1.5cmのそぎ切りにする。じゃがいもは皮をむいて厚さ1cmの半月切りにし、水にさっとさらして、水気をペーパータオルでふく。ディルは葉を摘む。
2. フライパンにオリーブ油大さじ1/2を中火で熱し、じゃがいもを並べ入れる。軽く色づくまで3分ほど焼いて上下を返し、ふたをして弱火にし、5分ほど蒸し焼きにして取り出す。
3. **2**のフライパンにオリーブ油大さじ1/2を加えて中火で熱し、さばを並べ入れる。こんがりと色づくまで2分ほど焼いて上下を返し、2〜3分焼いて取り出す。
4. ボウルに**A**を入れて混ぜ、**2**、**3**、オリーブ、ディルを加えて和える。

じゃがいもは蒸し焼きにすると、火が入りやすくなる。同じフライパンでじゃがいもと塩さばを調理し、洗い物を最小限に。

ひき肉とマンゴーのエスニックサラダ

濃密なマンゴーの甘さと、こんがり炒めたひき肉、
フレッシュなハーブ、ナンプラーが調和し、後を引く味わいに。

材料（2人分）

鶏ひき肉……120g
マンゴー……1/2個
紫玉ねぎ……1/4個（50g）
パクチー……1束（30g）
スペアミント……1パック（10g）
米……大さじ2
にんにく（みじん切り）……1かけ分
太白ごま油……小さじ1
A［しょうゆ、砂糖……各小さじ1
　粗びき黒こしょう……少々］
B［太白ごま油……大さじ2
　ナンプラー……小さじ2
　レモンの絞り汁……大さじ1/2
　砂糖……小さじ1/2］

作り方

1. マンゴーは皮をむき、ひと口大に切る。紫玉ねぎは横半分に切って縦に薄切りにし、パクチーは2cm幅に切る。ミントは葉を摘む。
2. フライパンに米を入れて中火で熱し、薄く色づくまで煎る。すり鉢に入れ、粗くつぶす。
3. **2**のフライパンに太白ごま油、にんにくを入れて中火で熱し、ひき肉を加えて炒める。肉がこんがりと色づいたら、**A**を加えてからめる。
4. ボウルに**B**を入れて混ぜ、紫玉ねぎを加えてよく混ぜる。マンゴー、パクチー、ミント、**2**、**3**を加え、さっと和える。

香ばしく煎った米は、粗くつぶしてから和えて！ 調味料の汁気を吸いやすくなり、ほかの具材ともなじみやすくなる。

味玉とハムの和風ポテトサラダ

定番サラダを味付き卵 × 青じそで、グッと魅力的に！
ゆで卵は熱湯で 8 分ゆでて作ると、ベストな半熟具合に仕上がる。

材料（2人分）

- ゆで卵（殻をむく）…… 2個
- じゃがいも …… 2個（300g）
- ロースハム …… 2枚
- 玉ねぎ …… 1/8個（25g）
- 青じそ …… 5枚
- A
  - 水 …… 大さじ4
  - しょうゆ …… 大さじ3
  - みりん …… 大さじ2
  - 砂糖 …… 大さじ1
- B
  - オリーブ油、酢 …… 各小さじ1
  - 塩 …… ひとつまみ
  - こしょう …… 少々
- マヨネーズ …… 大さじ4

作り方

1. 耐熱ボウルに**A**を入れて混ぜ、ラップをかけずに電子レンジ（600W）で2分30秒ほど加熱し、粗熱を取る。ポリ袋に**A**、ゆで卵を入れ、空気を抜いて口を閉じる。**A**が冷めたら冷蔵室に入れ、半日（約8時間）以上漬ける。
2. じゃがいもは1個ずつラップで包む。電子レンジ（600W）で3分加熱し、上下を返して再度3分ほど加熱する。熱いうちに皮をむいてボウルに入れ、フォークで切るように粗くつぶす。**B**を加えて混ぜ合わせ、そのまま冷ます。
3. ハムは2㎝四方に切る。玉ねぎは横半分に切って縦に薄切りにし、青じそは小さくちぎる。**1**のゆで卵は汁気をきり、縦4等分に切る。
4. **2**のボウルにマヨネーズを加えてよく混ぜ、**3**を加えてざっと和える。

POINT

温かい調味液にゆで卵を加えると、味がしみ込みやすい。ゆで卵は4個まで漬けられ、漬けた状態で3日間冷蔵保存OK。

プロフェッショナルが創るグレイヘアスタイル

フィヨーレのヘアカラーで魅せる大人の艶

白髪を目立たなくするだけでなく、自分らしいグレイヘアスタイルを追求したい。
プロフェッショナルヘアケアブランドだからこそ叶う、
サロンクオリティで艶のある、美しい髪を手に入れる！

フィヨーレカラーとは・・・

絵の具のようにミックスしてオリジナルカラーをカスタマイズ。
鮮やかな発色から、くすみカラーまで、
あなたにぴったりのカラーが見つかる！
刺激を抑えた処方でニオイが優しい。
15種類の植物由来成分配合で髪のダメージを内部から補修。

FIOLE

シースルーバングが顔周りを軽やかで柔らかい印象に。

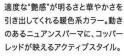
ヘア/ナカニシテツロウさん〈benji 中目黒〉

アッシュベージュのくすみ系カラー。シンプルな透け感レイヤースタイルだからこそ、絶妙なカラーバランスで洗練された大人のこなれ感を演出。

Natural Cool Style Cool

毛先に動きを加えたショートバングとふわ軽レイヤーでアクティブな印象に。

ヘア/本木亜美さん〈THE GARDEN TOKYO〉

適度な"艶感"が明るさと華やかさを引き出してくれる暖色系カラー。動きのあるニュアンスパーマに、コッパーレッドが映えるアクティブスタイル。

THE GARDEN TOKYO（ガーデン トウキョウ）
東京都中央区銀座7-9-15
GINZA gCUBE 11F
電話番号:03-5537-5510
営業時間:月～金 10:30～20:00
土・日・祝 10:00～19:00
定休日:無し
最寄駅:東京メトロ 銀座駅

benji 中目黒（ベンジー）
東京都目黒区上目黒1丁目14-9
STビル桜橋 A棟 2F
電話番号:03-6712-7517
営業時間:9:00～21:00
定休日:無し
最寄駅:東急東横線/日比谷線
中目黒駅 徒歩4分

「やさしすぎる占い師」として話題のジーニーさんによる占い連載。今月の星の導きを心安らぐメッセージと共にお届けします。
otona MUSE.jpでは週運の占いも毎週月曜更新中！

text_GENIE illustration_MIDORI NAKAJIMA

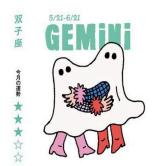
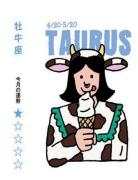
双子座 GEMiNi 5/21-6/21

今月の運勢 ★★★☆☆

スピード感溢れる1カ月です。即断即決がチャンスを呼び込むので、思いついたらすぐ行動に移すのがオススメ。4月7日には守護星の水星が逆行を終了し、胸の奥底にたまっていたモヤは晴れ、滞っていた仕事も動き始めますよ。満月となる13日前後、パートナーとの関係に変化が起こりそう。今後どう付き合うかは、自分の気持ちを大切にして決めてくださいね。また、さまざまな年代の人との交流が刺激となり、ものの見方にも変化が。

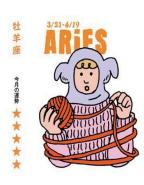
Lucky Action! スマホやPCを機種変。最新のものにすると◎

牡牛座 TAURUS 4/20-5/20

今月の運勢 ★☆☆☆☆

出会いの増える季節ですが、外だけでなく自分の中の声に耳を傾けてあげましょう。4月13日には健康を示す座で満月が起こり、手放しのサイクルに入ります。よくない生活習慣や食生活を見直して。新しい趣味がストレス発散に役立ってくれそうですね。20日、あなたのもとにエネルギーの源である太陽が入り、勇気と自信が湧いてきます。次の誕生日がくるまでに叶えたい目標を設定してみては？ スタートするのは28日の新月のころが◎。

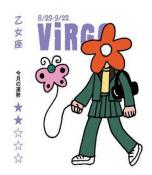
Lucky Action! 部屋の模様替えを。テーマは癒やしの空間

牡羊座 ARiES 3/21-4/19

今月の運勢 ★★★★★

あなたのもとで多くの星が行き来するせいか、かなりにぎやかな1カ月となりそう。次のステージに向けて一歩踏み出す絶好のタイミングです。水星逆行が終わる4月7日あたりから自分がしたいことがはっきりするでしょう。いったん動き出せば、あとはとんとん拍子に進んでいきますし、「自分はこんなこともできるんだ」と嬉しくなってしまう瞬間も。月半ばからは交友関係も拡大。苦手な案件も思い切って取り組めば克服できるはず。

Lucky Action! ウォーキングやジョギングでストレスを解消

乙女座 ViRGO 8/23-9/22

今月の運勢 ★★☆☆☆

過去のあなたが誰かに向けた優しさが、めぐりめぐって戻ってくる。そんな不思議な出来事があるでしょう。4月13日の満月のころは、自分が心地よいと感じることを最優先。おいしいものを食べる、肌触りのよい服を着るといった幸福感が運気上昇のきっかけになるときです。また、お財布の整理をしたり、ひらめきを行動に移したりすると臨時収入が期待できますよ。下旬には、今まで避けていたことにチャレンジすると意外な才能発掘に。

Lucky Action! 海外旅行の計画を立ててみましょう

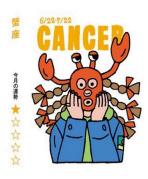
獅子座 LEO 7/23-8/22

今月の運勢 ★★★★☆

やりたいことに、どんどんチャレンジしていきましょう。この1カ月は「体験」が開運のカギ。人間関係を司る星が月の半ばに続いて順行に戻ることから、周囲の人たちとの間に流れる空気が軽快なものに。満月の起こる13日前後には、これまであまり接したことのないタイプとのご縁が生まれそうです。18日には火星があなたのもとへ入るためパワフルに動ける一方、せっかくのご縁に水を差す場面も。イライラはからだを軽く動かして発散。

Lucky Action! きょうだいや親友に感謝の気持ちを伝えて

蟹座 CANCER 6/22-7/22

今月の運勢 ★☆☆☆☆

具体的な目標設定が1カ月を有意義に過ごすコツ。心身共にエネルギーに満ちているときなので、以前諦めたことに再び取り組めば、今度は成功するはず。あれこれ考える前に、できることからやっていく姿勢が大切です。7日には水星の逆行が終了。誤解や思い込みが解消され一安心。13日の満月のころには、自分の成長を実感する出来事がありそうですよ。下旬には、友だちと楽しい時間を共有する機会を積極的に作っていきましょう。

Lucky Action! 新しいスキンケアアイテムを取り入れて

入宮／星が動いて12分割の新たなスペースに入ること。 角度／星同士が作る90度、120度、180度などの位置。

Genie's horoscope 2025

Mar. 28 ► Apr. 27

monthly Ranking

fortune teller

GENIE

占星術、ヒーリングの他、写真家としても活動。この時期に楽しみなのはアスパラガスとイチゴです。
ブログ「ジーニーの助けてエンジェル」
https://genieastrology.hatenablog.com

illustration

MIDORI NAKAJIMA

イラストレーター。ちょっぴり不穏なガールとストレンジャーたちの甘く奇妙なコミュニケーションをポップに描く。
Instagram：@midorinakajima_

射手座 SAGITTARIUS 11/22-12/21

今月の運勢 ★★★★☆

溢れる思いをアートという手段で表現したいときです。あなたの新たな理解者が現れ、思いがけない方向へと発展していくでしょう。3月の半ばからは家族との間でギクシャクした空気が流れていたのではないでしょうか？ でもコミュニケーションや愛情を司る星たちが動きを正常に戻す4月半ばまでに仲直りするきっかけが訪れますよ。4月13日には対人関係の座で満月が起こり、人に対する苦手意識も克服。家族との絆はより強いものに。

Lucky Action! ひとりで楽しめる趣味を見つけましょう

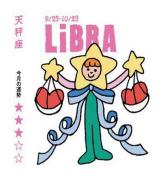
蠍座 SCORPiO 10/24-11/21

今月の運勢 ★★☆☆☆

からだにフォーカスしたいときです。じっくりと自分のからだと向き合ううちに、これまでとは違う景色が見えてきます。また4月7日には水星、13日には金星が逆行を終了し、コミュニケーションがスムーズに。信頼している人と一緒に過ごす時間を増やして。中旬以降、気持ちを伝えるときには直接伝えるよりも、メールや手紙などワンクッションおくとよいですよ。下旬には太陽がパートナーの座に入り、素敵な人と出会う可能性がアップ。

Lucky Action! パーソナルトレーナーをつけてからだ改造

天秤座 LiBRA 9/23-10/23

今月の運勢 ★★★☆☆

いつものあなたとは違う大胆な行動が幸運を引き寄せるときです。周囲の顔ぶれも入れ替わり、少し不安に感じるかもしれませんね。でも4月13日には、あなたのもとで満月が起こります。新しい仲間と楽しい時間を共有し、おしゃべりに花を咲かせて。あなたの新しい魅力が引き出され、絆も強まりますよ。下旬になるとクリエイティビティが活性化し、次々とアイデアが湧いてきそう。仲間に話してみれば、実現に向けて動き出す可能性も。

Lucky Action! 睡眠時間の見直しや質を上げるための工夫を

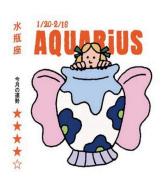
魚座 PiSCES 2/19-3/20

今月の運勢 ★★☆☆☆

一見「自分には無理」と思うようなオファーがあるかも。でもそれは「この人ならできる」と周囲の人たちが判断したから。あなたの才能が目を覚ますよう、あらゆる方面から声がかかる1カ月となりそうです。満月の起こる4月13日前後、人間関係に小さな変化が。それをきっかけに、これまでのアンバランスな関係が解消される方向に動き始めますよ。20日には太陽がコミュニケーションの座に移動。情報のアップデートはこまめに行うと吉。

Lucky Action! 日帰り旅行にツキ。美術館巡りはいかが？

水瓶座 AQUARiUS 1/20-2/18

今月の運勢 ★★★★☆

実際に体験することでしか得られないものがあります。あれこれ考える前に、フットワーク軽く動きたい1カ月です。4月中旬までに知識、お金を司る星がそれぞれ、あなたの収入を示す座で順行に戻ります。この時期、お金の使い方を見直したり、資産運用について専門家に相談してみましょう。エネルギーの星・火星が知識を示す座に移動するので、あなた自身が簿記やFPなどお金にまつわる資格取得に向けて動くのもオススメです。

Lucky Action! 家計簿をつけてお金の流れを把握すること

山羊座 CAPRiCORN 12/22-1/19

今月の運勢 ★☆☆☆☆

自分のルーツをたどると幸せな未来につながる気づきを得られるでしょう。子どものころのアルバム、好きだった本などに触れてみてください。年上の家族の思い出に耳を傾けるのもオススメですよ。4月13日の満月のころ、思い込みを手放すような出来事が。20日以降は、人も自分も楽しませることで人気運も高まるとき。嬉しいお誘いも多数ありそう。疲れたら、山や高原、植物園などの自然のエネルギーを感じられる場所でパワーチャージを。

Lucky Action! マニアに人気の映画や音楽に触れてみる

※西洋占星術は10の天体がそれぞれのリズムで動き、都度配置を変えます。その配置図（ホロスコープ）であらゆる運を診断します。 座／ホロスコープを12分割した各スペースのこと。それぞれ異なる意味を持ちます。 天頂／ホロスコープの最上部。

Special PRESENT

今月の読者プレゼントは、旬のコーディネートを叶えてくれる優秀スニーカー。
大人気ブランドの定番から最新モデルまで豊富にラインナップするこのチャンスをお見逃しなく！

A コンバース

ワンスター スエード
（サイズ：24㎝） 1名様
上質な国内産スエードを使用した高級感のある風合いが特徴。ニュアンスブラウンはどんなコーデにもマッチ。
https://converse.co.jp

B クライムロンドン

スニーカー
（サイズ：37 ※23㎝相当） 1名様
輝くグリッターとメタリックなレザー、異なるシルバー使いが存在感たっぷり。上質なイタリア製素材を使用。
https://crimelondon.jp

C アシックス

スカイハンド OG
（サイズ：25㎝） 1名様
1990年代のハンドボールシューズをベースに、レトロな雰囲気を生かしながらモダンなはき心地にアップデート。
https://www.asics.com/jp/ja-jp/mk/sportstyle

D エミ

ボリュームソールメッシュスニーカー
（サイズ：24㎝） 1名様
ランニングシューズをベースにしたオリジナルスニーカー。スタイリッシュなカッティングとメッシュがポイント。
https://emmi.jp

E プーマ

スピードキャット レザー スニーカー
（サイズ：25㎝） 1名様
ブランドを象徴する、今最も注目を集めるモデル。ミニマルなフォルムにシルバーの輝きがスタイリングのアクセントに。
https://jp.puma.com/jp/ja

応募はコチラから

『otona MUSE』の読者プレゼントの応募は、下記アンケートサイトよりおこなってください。
アンケート項目をよくお読みになってから、ご入力ください。

〆切り：2025.4.27

二次元コード対応の携帯電話をお持ちの方は二次元コードを読み取ってアクセスしてください。

https://ssl.tkj.jp/e/otonamuse2505/

パソコン、二次元コード非対応の携帯電話をお持ちの方は、上記URLよりアクセスできます。

●登録された個人情報はプレゼントの発送、アンケート集計についてのみに使用し、そのほかの目的には一切使用しません。
●宝島社のプライバシーポリシーについてはホームページ（https://tkj.jp/privacy）をご覧ください。
●当選者の発表は賞品の発送をもってかえさせていただきます。

photograph:ISEKI

otona MUSE 6 June

2025.4.28（月）発売

NEXT ISSUE

Cover Muse **梨花**

Fashion

「普通」だけど、なぜかおしゃれな服。

- □ 私たちが愛するシャツとTシャツ、そしてデニム
- □ スタイリスト加藤かすみが考える「シンプル」とは？
- □ ミニマムで美しい「靴とバッグ」が欲しいのです
- □ ミューズに捧げる、今一番欲しいブランドリスト
- □ ワンツーコーデも「着こなし」でこんなに変わる！ ほか

スタイリスト長澤実香連載

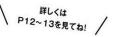
指原莉乃が着るマックイーン

ノーテクニックで、即洒落顔に

進化した！「河北メイク」メソッド

and more...

※特集の内容は変更になる場合があります

詳しくは
P12～13を見てね！

特別付録

ヘア＆メイクアップアーティスト
河北裕介さん監修

“もっと”小顔に見える！調光サングラス

昨年発売後に即完売した大人気アイテムが復刻！

6月号の付録は、昨年登場して話題を呼んだ、人気ヘア＆メイクアップアーティストの河北裕介さんのサングラスがラブコールを受けてカムバック！ さらに小顔＆美肌に見えるモデルとして登場。紫外線やブルーライトカットに加え、調光機能を備えた大活躍間違いなしの1本。

※付録の色みは変更になる場合があります

特別付録
ダーリッチ
Darich
大人ピンクな♡
ショルダーストラップ
つきトートバッグ
サイズ（約）：縦14×幅16.5×マチ10cm
ショルダーストラップの長さ128cm［最長］
見た目以上の収納力！
ストラップは取り外し可！
改めまして！ 28歳一生女のコ宣言♡
スウィート
Sweet
4月号
好評発売中！
特別価格1650円（税込）
SWEET WEB 検索
最新情報をチェック！
※売り切れの際はご容赦ください
宝島社 お求めは全国の書店、コンビニエンスストア、公式通販サイト・宝島チャンネルで。

ふわっとやさしい暮らし&おしゃれマガジン！ 5月号
特別価格1420円（税込）
リンネル
好評発売中！
スペシャル付録 Coleman［コールマン］
COVER LADY 吉岡里帆さん
大容量&軽量
おでかけバッグ
size（約）
［バッグ］高さ34×幅31×マチ15cm
［ポーチ］高さ18×幅22cm
お買い物や旅行で大活躍！
付属のポーチに収納できる！
スーツケースのハンドルにかけられる便利なループ付き
1泊2日の旅行の荷物もすっきりと収まります
お求めは書店、コンビニエンスストア、公式通販サイト・宝島チャンネルで。 リンネル 宝島社
5月号増刊
価格1390円（税込）
書店、一部コンビニエンスストアにて
撥水便利ポーチがついた5月号増刊も発売中！
嬉しい撥水加工！
※増刊号の誌面内容は5月号に対し、一部掲載していない記事があります

特別付録
ミッフィー
© Mercis bv
miffy
誕生70周年
限定デザイントート
豪華3点セット
大
A4サイズが入る大きさ
中
日常のメインバッグに
小
ちょっとした外出のお供に
［サイズ（約）］大：W29×H33㎝、中：W26×H29㎝、小：W23.5×H26㎝ ※バッグ以外は付録に含まれません
モノマスター
Mono Master
5月号
好評発売中！
特別価格
1990円（税込）
最新情報は⇩
お求めは書店、コンビニエンスストア、公式通販サイト・宝島チャンネルで。 宝島社

特別付録
75周年記念の刺しゅうが可愛い
SNOOPY
スヌーピー
ミラー付き
ドレッサーポーチ
フタの裏にミラーが内蔵！
PEANUTS
© 2025 Peanuts Worldwide LLC
www.snoopy.co.jp
鏡のサイズ（約）
縦7×横7cm
ポーチのサイズ（約）：縦13×横14.5×高さ7cm
※ポーチ以外は付録に含まれません
中が見やすく収納力たっぷり！
鏡が立つからメイクしやすい！
【グロー】45才、輝きはいつだって自分の内側にある
GLOW
最新情報はコチラ！
5月号
好評発売中！
お求めは書店、コンビニエンスストア、公式通販サイト・宝島チャンネルで。
特別価格1680円（税込）

SHOP LIST

このリストは店名、あるいはブランド名(会社名)のあいうえお順で掲載しております。
商品についてのお問い合わせは、下記にお願いいたします。
※本誌掲載商品の価格は、断りのある場合を除き、消費税込みで表示してあります。

あ

アー・ベー・セー カスタマーサービス …… 0120-500-990
RHC ロンハーマン …… 0120-008-752
アイファウンド …… ☎03-6434-7418
アウトドアプロダクツ ユージュアル シングス 中目黒 …… ☎03-5539-8525
アシックスジャパン　カスタマーサポート部 …… https://www.asics.com/jp/ja-jp/
アダム エ ロペ(ジュンカスタマーセンター) …… 0120-298-133
アディクション ビューティ …… 0120-586-683
アディダス コールセンター …… ☎03-6732-5461
アパルトモン 青山店 …… ☎03-5778-4919
アマン(アンスクリア) …… ☎03-6805-0527
アマン(ペリーコ) …… ☎03-6418-5889
アルコインターナショナル …… ☎06-6563-7346
アルビオン …… 0120-114-225
アレキサンダーワン …… ☎03-6418-5174
aLORS(アロー) …… info@alorsparis.fr
アンドワンダー …… ☎03-5787-3460
アンフィーロ(オンワード樫山) …… ☎03-5476-5811
イセタンサローネ 東京 …… ☎03-6434-7975
伊勢丹新宿店 大代表 …… ☎03-3352-1111
イッセイ ミヤケ …… ☎03-5454-1705
uka Tokyo head office …… ☎03-5843-0429
UTS PR …… ☎03-6427-1030
ウメダニット …… ☎0250-42-3945
エイアンドエフ …… ☎03-3209-7575
H3Oファッションビュロー …… ☎03-6712-6180
エイトン青山 …… ☎03-6427-6335
エーグルカスタマーサービス …… 0120-810-378
AP STUDIO NEWoMan 新宿店 …… ☎03-5362-1052
エコー・ジャパン …… 0120-974-010
S&T …… ☎03-4530-3241
SK-IIお客様相談室 …… 0120-021325
エスストア …… ☎03-6432-2358
エステータ(オンワード樫山) …… 0120-58-6300
est …… 0120-165-691
エストネーション …… 0120-503-971
エヌティーエヌ …… ☎03-6824-1675
エフシーイーフラッグシップストアトウキョウ …… ☎03-6452-5867
エミ ニュウマン新宿店 …… ☎03-6380-1018
エム …… ☎03-6721-0406
MTG …… 0120-467-222
エリクシール お客さま窓口 …… 0120-770-933
エル・エル・ビーン カスタマーサービスセンター …… 0120-81-2200
ELENDEEK …… ☎03-6853-0100
エンケル …… ☎03-6812-9897
エンメ …… ☎03-6419-7712
OAO …… support@oaofootwear.com
オーラリー …… ☎03-6427-7141
オッフェン ザ ハウス 代官山店 …… ☎03-6433-7950
オメガ …… ☎0570-000087

か

花王(キュレル) …… 0120-165-698
花王(ソフィーナ、プリマヴィスタ) …… 0120-165-691
Gajess …… ☎03-6450-3701
カシオ計算機 お客様相談室 …… 0120-088925
かならぼ …… 0120-91-3836
カネボウ化粧品 …… 0120-518-520
カバーマーク カスタマーセンター …… 0120-117-133
GABRIELLE PECO …… ☎03-3498-7315
ガリャルダガランテ 青山店 …… ☎03-6427-2126
カルティエ カスタマー サービスセンター …… 0120-1847-00
カルバン・クライン　カスタマーサービス …… 0120-657-889
Kalevala …… kalevalashop.jp
キーン・ジャパン合同会社 …… www.keenfootwear.jp
キングスター …… https://www.meganeichiba.jp/kingstar/contact/
グッチ クライアントサービス …… 0120-99-2177
クメ …… https://kume-studio.jp
クリード プレスルーム …… ☎03-5720-6707
クレ・ド・ポー ボーテ　お客さま窓口 …… 0120-86-1982
グローブライド …… 0120-506-204
クロムハーツ トーキョー …… ☎03-5766-1081
k8taondamic.com …… https://k8taondamic.com/policies/refund-policy
ゲラン …… 0120-140-677
ケリング アイウエア ジャパン カスタマーサービス …… 0800-600-5024
ゴールドウイン カスタマーサービスセンター …… 0120-307-560
COS 青山店 …… ☎03-5413-7121
コチネッレ …… 0120-563-567
コロネット(ヴィンス) …… ☎03-5216-6516
コロネット(ジュン ジー) …… ☎03-5216-6513
コロネット(フォルテ フォルテ) …… ☎03-5216-6518
コンバースインフォメーションセンター …… 0120-819-217

さ

サードマガジン …… ☎03-5784-2588
ザ・ウォール ショールーム …… ☎050-3802-5577
ザ・ギンザお客さま窓口 …… 0120-500824
ザラ カスタマーサービス …… https://www.zara.com
サロモン コールセンター …… ☎03-6825-2134
三喜商事 …… ☎03-6426-5481
サンローラン クライアントサービス …… 0120-952-746
ジーエイチバス 東京 …… ☎03-5843-0777
シードコーポレーション …… ☎054-282-2112
シティショップ 渋谷店 …… ☎03-6696-2332
ジャーナル スタンダード 自由が丘店 …… ☎03-5731-0128
シャネル カスタマーケア …… 0120-525-519
ショールーム シャルメール …… ☎03-6384-5182
JOSE MOON …… ☎03-5770-9334
シロク …… 0120-150-508
シンゾーン 表参道本店 …… ☎070-1389-5295
CINCH …… ☎03-5761-6348
スケッチャーズ ジャパンお客様コールセンター …… 0120-056-505
スタイリング/新宿ルミネ1店 …… ☎03-6302-0213
SUQQU …… 0120-988-761
SNIDEL ルミネ新宿2店 …… ☎03-3345-5357
ソウス …… ☎03-3443-5588

た

第一三共ヘルスケア お客様相談室 …… 0120-337-336
第一三共ヘルスケア トランシーノ相談室 …… 0120-013-416
WTSROOM …… ☎03-5424-2022
ティースクエア プレスルーム …… ☎03-5770-7068
ディーゼル ジャパン …… 0120-55-1978
デッカーズジャパン …… 0120-710-844
デミルクス ビームス 新宿 …… ☎03-5339-9070
トゥ …… TW_916@toyoshima.co.jp
トゥティエ …… contact@toutyest.kr
dr365 …… https://dr365.co.jp/shop/contact
トミー ヒルフィガー カスタマーサービス …… 0120-266-484
トムウッド 青山店 …… ☎03-6447-5528
トヨダトレーディング プレスルーム …… ☎03-5350-5567

な

NIKE カスタマーサービス …… 0120-6453-77
ナカガミラボラトリー …… ☎050-1157-2902
ナナミカ D.W.S. …… ☎03-6809-0058
ニューバランス ジャパンお客様相談室 …… 0120-85-7120
ネペンテス ウーマン トウキョウ …… ☎03-5962-7721

は

バープレッド …… ☎03-3410-3599
パストルノヴァ …… info@pastornova.com
Hamee …… support@hamee.co.jp
ハリウッド ランチ マーケット …… ☎03-3463-5668
ハルタ …… ☎03-3874-3317
ハルミ ショールーム …… ☎03-6433-5395
ビームス 新宿 …… ☎03-5369-2140
ビームス ハウス 丸の内 …… ☎03-5220-8686
ピエール ファーブル ジャポン …… 0120-171760
ビオトープ(ジュンカスタマーセンター) …… 0120-298-133
ビジュードエム 六本木ヒルズ …… ☎03-6271-5353
favs …… contact@favs-official.com
VFジャパン …… 0120-558-647
フーブス …… ☎03-6447-1395
プーマ お客様サービス …… 0120-125-150
フェンディ ジャパン …… 0120-001-829
富士フイルム …… 0120-596-221
プラージュ 代官山店 …… ☎03-5428-5098
プライベート アイズ アンド トラッカーズ …… ☎070-1577-2666
プラダ クライアントサービス …… 0120-45-1913
ブルーベル・ジャパン …… ☎03-5413-1050
プロティア・ジャパン …… https://environ.jp/contact
ベイクルーズカスタマーサービス …… 0120-830-335
ヘインズブランズ ジャパン　カスタマーセンター …… 0120-456-042
ヘリーハンセン原宿店 …… ☎03-6418-9669
ホイサム …… http://hoisum-mart.com
ボウルズ …… ☎03-3719-1239
portray jewelry …… portray.jewelry@gmail.com
ポーラお客さま相談室 …… 0120-117111
ボッテガ・ヴェネタ ジャパン …… 0120-60-1966
ホリデイ フラッグシップサロン オフィス …… ☎03-6805-1273
ホワイタージュ …… ☎03-5823-4209

ま

MYTREX カスタマーサポート …… ☎092-260-7366
M・A・C …… ☎0570-003-770
マユ ショールーム …… kohcoon@mayuokamatsu.com
ミキモト カスタマーズ・サービスセンター …… 0120-868254
ミシャジャパン …… 0120-348-154
MUSE de Deuxième Classe六本木店 …… ☎03-5413-3607
Mila Owen ルミネ新宿2店 …… ☎03-6380-1184
ミレー・マウンテン・グループ・ジャパン カスタマーサービス …… ☎050-3198-9161
ムウ ト アール(ジュンカスタマーセンター) …… 0120-298-133
ムシンサ ジャパン …… https://global.musinsa.com/jp/brand-index
メイデン・カンパニー …… ☎03-5410-9777
メシカ・ジャパン …… ☎03-5946-8299
メディアジーン …… ☎03-5784-6783
メディオン・リサーチ・ラボラトリーズ …… 0120-468-121
メディカルプルーフ …… ☎03-6821-1797
モノリス アオヤマ …… ☎03-6805-0638

や

ヤコブ コーエン 東京ミッドタウン店 …… ☎03-3405-0852
ヤマニ …… ☎03-5821-5044
ユークロニア …… ☎03-6912-1451
ヨー ビオトープ(ジュンカスタマーセンター) …… 0120-298-133

ら

ラコステお客様センター …… 0120-37-0202
ラ・メール …… ☎0570-003-770
ラ ロッシュ ポゼ お客様相談室 …… ☎03-6911-8572
ランコム お客様相談室 …… 0120-483-666
リシュモン ジャパン株式会社 アライア …… ☎03-4572-4500
リステア …… ☎03-5413-3708
リュニフォーム トウキョウ …… ☎03-6812-2930
リンク・セオリー・ジャパン …… ☎03-6865-0206
ルックスオティカジャパン カスタマーサービス …… 0120-990-307
ル フィル ニュウマン新宿店 …… ☎03-6380-1960
レカルカ …… ☎03-6432-4354
レッドウィング・ジャパン …… ☎03-5791-3280
ロイネ …… https://www.sacreonline.shop/
ロゥタスカスタマーサービス …… ☎03-6231-0897
ロエベ ジャパン クライアントサービス …… ☎03-6215-6116
ROH SEOUL …… https://rohseoul.jp
ロート製薬(エピステームコール) …… 0120-480-610
ロート製薬コミュニケーションコール(Obagi) …… 0120-234-610
ロングス …… ☎06-4707-7707
ロンハーマン …… 0120-008-752

わ

ワールドプレスインフォメーション …… ☎03-6851-4604
WAKO&CO …… ☎06-6263-8188

お詫びと訂正 オトナミューズ3月号、4月号にて以下の誤りがありました。3月号P61下部に掲載の眼鏡のクレジットのうち、中央に掲載されている眼鏡は「¥99,000(カトラー&グロス/EYETHINK 渋谷パルコ)」ではなく正しくは「¥48,400(モスコット/モスコット トウキョウ)」です。問い合わせ先は「☎03-6434-1070」となります。また、4月号P42右下に掲載のクレジットのうちタンクトップのブランド名は「ペパポンポ」、問い合わせ先は「ロンハーマン」です。読者並びに関係者の方々にはご迷惑をおかけいたしました。ここに訂正し、深くお詫び申し上げます。

渋井デザインに3ヶ月の臨時バイトとしてやってきたウミウミ（海生ミウ）。彼女に惹かれる杉浦くんと何故か好きになれないアレグリの間の溝が深まっていく。

デザイナー 渋井直人の休日

第114回

渋谷直角

SALE 3.00£
made in England

ヒトもトリも同じだ よりよい環境を求めて…
だが トリのように生きることは難しいのだ

可愛い〜!!
イギリスのティーポット？安くなってる！

こないだお母さんから「TWG」の紅茶もらったから…
コレで淹れて飲むの…いいかも！
TWG

決めた！今日はあとお花買って
お風呂でまだ使ってなかったSHIROのバスソルトもあけちゃお

「嬉しいこと」いっぱいする日にしよう！
最近なんか腐ってたからね…もうヤメ！
リフレッシュ！

そうだよ
アタシはアタシ！関係ないじゃんあの3人は！
気にしすぎてたんだよ…！
もっと楽しく行こう気にしない気にしない！
お母さんだ…
！
おかあさん
のり兄ちゃんからイチゴ届いたから送っといたよ
明日の午前着
早く食べて
多めにあるから職場の人にも
イチゴ!?
やた！
ほらね！いいコトもたくさんあるんだよ
日常っていうのはさ！
SKIP!
そっちにもちゃんと目を向ければ…
決して悪くないよ！「負」に引っ張られないようにしよ！
しょーがねーな！
あの3人にもイチゴをおすそわけしてやるかー！

次の日
ザーッ
おはよ〜っ！
あれ？ヒト少ない
ウン
…オハヨ
渋井さんは？
…急な打ち合わせ入ったから午後から
へー
ウミウミもいないの？
……
？
くるっ
ムッスー…。

Café BON
このイラストがセクハラを肯定しているから取り下げる…？
…ってクレームが入っちゃって…
……？ゴメンわからない…どこが…？
そーなんですよね～…そのクレームの理由っていうのが…
ひとりの女性を多くのオスのネズミが襲っているように見える
なんで人間の女性なのか
それを喜んでいるかのような女性の表情
そしてこのネズミの鼻が男性の興奮してるシンボルに見えて不快と…
はあ～!?
何その論法！めちゃくちゃじゃん!!
そんなこと言い出したら何にでも当てはまるよ!?
私の意見じゃないですよ…
しかもこの絵描いたの女性のイラストレーターだよ？
言いがかりでしかないよ！無視でしょ！そんなクレーム！
そんな意図あるワケがない！
はあ…でも…
クライアントの社長さんがこういうの初めてだったみたいで…
テンパってすぐSNSに謝罪文をだして…
そしたらコメント欄で詰められて「対処します」って…
変更せざるを得なくなってしまったんです…

…そりゃあ明確な意図で何かを連想させたりとか落ち度があれば受け止められるけどさ〜…
こんなコトまで受け入れたら何もかも誰かが潰せちゃうことになっちゃうよ？
はい…
スミマセン…

ああゴメン…！コバちゃんを責めてないよ！
わかってます！なのでサイトのデザインをもう一度…
ＯＫ ＯＫ！

まだ…過渡期なのかなァ…？いいかげん…
あまりに個人の「不快」が全肯定される世界はコリゴリだよね…

その「不快」が誰かにとっては「救い」になったりもするんだから…
どうすればいい…？アタマの悪いオジサンは
ただ右往左往するだけなのかな…

ウミウミは法事で今日は休み…
いいタイミングだからアレグリに言っておきたいことがある
え…？

ウミウミに
もっと優しく
してやれよ！
可哀想
だろ？
どんだけ
ウミウミが
気ィ使ってるか
わかんないのか？

いきなり
知らない職場に
放りこまれて
慣れない環境で
働くだけでも
疲れるのに！
いつも
冷たく
してよー

ムス…

は？
別に
フツーに
してっけど
ウソ
つけよ
態度で
わかんだよ

ランチだって
何だかんだ
理由つけて
来ねーじゃん
どーせ
ウソの理由
だろ？
バレてんだよ
ウミウミ
いつも
すっげー傷ついて
んだぜ？

そ…
それは…
…あのコ
カンが鋭い
んだよ

渋井デザインチームに亀裂が！ もう修復不可能ですか??

CINEMA MONTHLY MUSE

NAOMI ACKIE
ナオミ・アッキー

text : Masamichi Yoshihiro

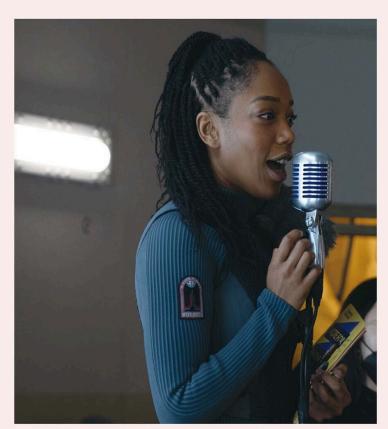
オスカーを席巻したことで映画業界の常識を変え、英語圏以外の映画人に希望を与えた2019年の韓国映画『パラサイト 半地下の家族』。あれから6年、ポン・ジュノ監督が選んだ新作は、エドワード・アシュトン原作のSF小説『ミッキー7』を映画化したハリウッド大作『ミッキー17』だ。人生どん詰まりの男ミッキーが、死んでもクローンで再生しひたすらに危険任務を遂行するというブラック仕事に就くものの、労働力を搾取する権力の理不尽に気づき反撃しようとする。この作品でロバート・パティンソン演じる主人公ミッキーの恋人ナーシャを演じたのは、ナオミ・アッキー。「ポン・ジュノ監督の作品に出られるなら、なんでもどんな役でもやりたかった」と語る。

「『ホイットニー・ヒューストン I WANNA DANCE WITH SOMEBODY』の撮影中、監督とは何度かミーティングを重ねました。役を得たと知ったときは、本当に嬉しくて、ハリウッドにありがちな夢物語のように感じたほど。それに、私はSFが大好きなんですよ。父の影響で『スター・トレック』シリーズの大ファンだったから。SFはストーリーの面白さはもちろん、イマジネーションとテクノロジーが融合するでしょ？ どこまでも知らない世界に連れて行ってくれるんですよ」

彼女が演じたナーシャは、ミッキーが任地で知り合い、恋に落ちる女性。彼があることをきっかけに窮地に陥ったことで、彼と運命を共にすることを決意する。

「ナーシャは、自由を愛する女性。それに自分のことはもちろん、他人のことも批判することがなく、いつも感情に正直。こういうキャラクターは私が一番好きなタイプなんですよ。この作品の前に撮影した映画では、ナーシャとは全く正反対の性格の役を演じていたので、この作品で自分を解放していくような気分でした。ただ、彼女ほどアグレッシブではないので、役作りのためには戦闘トレーニングを重ねないといけなかったんですよね。もちろん危険なアクションシーンはスタントですが、そういうシーンじゃなくても、柔術で黒帯を持っている強い女性だということを見せないといけなかったから」

作品で描かれていることはフィクションながら、労働力の使い捨てや搾取、権力の横暴など、現実世界に通じる問題は山盛り。「そのテーマについては監督やロバート・パティンソンと話し合った」という。

「現実世界で私たちが直面している問題をSF世界においている物語だけど、最大のテーマは"人間の価値は平等であること"なんです。使い捨てていい人がいるわけがない。ミッキーの体験を通じて、誰の命をもおろそかにするべきではないし、誰もが居場所を持っているべき。そのメッセージを強烈なインパクトで伝えることができていると思います」

Naomi Ackie　1992年11月2日、イギリス生まれ。2016年の長編映画『レディ・マクベス』で注目を集め、それ以降『スター・ウォーズ　スカイウォーカーの夜明け』（19）など大作へのオファーが相次ぐ。『ホイットニー・ヒューストン I WANNA DANCE WITH SOMEBODY』（22）ではホイットニー・ヒューストンを演じた。

『ミッキー 17』

story 崖っぷち生活のミッキー（R・パティンソン）は、よく分からないままある契約を交わす。それは何度でも生まれ変わることはできるものの、使い捨ての危険任務。死ぬたびに再生される彼は、あるとき自身のクローンと遭遇してしまい……。

監督・脚本：ポン・ジュノ／出演：ロバート・パティンソン、ナオミ・アッキー、スティーヴン・ユァン、トニ・コレット、マーク・ラファロ　ほか／配給：ワーナー・ブラザース映画／公開：現在、TOHOシネマズ 日比谷ほか全国ロードショー中

NEWS

セレクト・文　よしひろまさみち
映画ライター、当コーナー担当編集者。今回もマストな映画関連ニュースをモリモリお届けします〜。

01 祝オスカー！ 歌も衣装も素敵なミュージカル

第97回アカデミー賞で助演女優賞と歌曲賞の2部門を獲得したミュージカル映画『エミリア・ペレス』。密かに性別不和を抱き続けていた麻薬カルテルの親分が過去を全て捨てて、自分らしく生きようとするぶっ飛んだストーリー（もともとはオペラの戯曲）には仰天ですが、さらに仰天は音楽と衣装のおしゃれ度。まず音楽。ミュージカルのキモとなる楽曲群は、アカデミー賞歌曲賞を受賞した「El Mal」をはじめ、全曲が色気たっぷりなラテンポップベース。それに合わせたダンスが艶っぽいのなんの。そしてそれを彩る衣装がこれまた最高。ミュージカルシーンの多いゾーイ・サルダナが演じた弁護士リタとセレーナ・ゴメスが演じた主人公の妻の衣装はサンローランなのよ〜。特に、ゾーイの赤ベルベットスーツやゴメつぁんのプリントレザードレスは、出てきた瞬間にファッション好きなら身悶えする美しさとフィット感。じつはこの映画、サンローランが23年に設立した映画製作会社サンローラン プロダクションが制作。巨匠監督の新作を続々手がけているので、今後も注目よ。

『エミリア・ペレス』

story 弁護士のリタ（Z・サルダナ）は麻薬カルテルのボス・マニタス（C・S・ガスコン）から極秘の依頼を受ける。それは女性として別の人生を歩むための準備。完璧な計画を立てたリタのおかげで、マニタスはエミリア・ペレスとなって過去を捨てるのだが……。

監督：ジャック・オディアール／出演：カルラ・ソフィア・ガスコン、ゾーイ・サルダナ、セレーナ・ゴメス　ほか／制作：サンローラン プロダクション byアンソニー・ヴァカレロ／配給：ギャガ／公開：現在、Bunkamura ル・シネマ 渋谷宮下ほか全国ロードショー中

02 すぐ本人に見えてきます

大ヒット作『グレイテスト・ショーマン』のマイケル・グレイシー監督が手がけた最新作『BETTER MAN／ベターマン』。ポップスターのロビー・ウィリアムズがプロデュースも兼任した、彼の半生を描く音楽伝記映画……ですが、彼を演じるのはロビー本人でなく、役者でもなく、なんとCGのチンパンジー!? これはロビー自身が「自分は猿みたいに踊る」って言ってることをきっかけに生まれたアイデア。冒頭だけ「ふぁ!?」と思うけど、すぐに物語に没入しちゃって、最後には涙するほどよ〜。特にテイク・ザットのゲイリー・バーロウとの静かな和解シーンには超感動！

『BETTER MAN ／ベター・マン』

story 目立ちたがりの少年ロビーは、アイドルグループのオーディションに合格。テイク・ザットの一員としてデビューし人気者に。ところが、メンバーの才能にかなわないことを思い知り、次第にドラッグと酒に走り、グループからの脱退を決める。

監督：マイケル・グレイシー／出演：ロビー・ウィリアムズ、ジョノ・デイヴィス、アリソン・ステッドマン　ほか／配給：東和ピクチャーズ／公開：現在、TOHOシネマズ 日比谷ほか全国ロードショー中

SELECTED BY
MASAMICHI YOSHIHIRO

CULTURE

03

24年間の大人のケジメ、見せますよ

2001年から始まった『ブリジット・ジョーンズの日記』シリーズ。本気の恋愛をしたいけど仕事も自分も大好きなブリジットを主人公にしたロマコメの大傑作は、これまで3作公開されました。そしてついにこれで最終章!? の『〜サイテー最高な私の今』が公開されます。これがアラフォー〜アラフィフにはドンズバで響く、大人のケジメの物語。最愛のダーシーさんを亡くして母親業に専念している彼女が、仕事復帰を決意。と同時に、まさかのセクシー＆キュートな年下彼氏が!? 20代だったらウッキウキのシチュエーションですが、2児を育てるアラフィフのケジメは違うぜよ！ シリーズおなじみのキャストも全出演で、この世代なら思わず大泣き確実のラストが待ってますので、ハンカチをご用意ください。

『ブリジット・ジョーンズの日記　サイテー最高な私の今』

story 最愛の夫マーク（C・ファース）がスーダンで命を落として4年。シングルマザーとして子育てに奮闘するブリジット（R・ゼルウィガー）は、周囲のすすめもありTV局の仕事に復帰。そんなとき、ひょんなことで29歳の学生と出会い系アプリでマッチし、いい雰囲気に……。

監督：マイケル・モリス／出演：レネー・ゼルウィガー、コリン・ファース、ヒュー・グラント、レオ・ウッドール、キウェテル・イジョフォー　ほか／配給：東宝東和／公開：4月11日より、TOHOシネマズ 日比谷ほか全国ロードショー

05

広島ではすでに話題沸騰

100歳を過ぎてから出版した著書は、どれもベストセラーになった石井哲代さん。前向きに生きるためのヒントともいえる、含蓄深くかつユーモアたっぷりの哲代さんの暮らしぶりにスポットを当てたドキュメンタリー映画『104歳、哲代さんのひとり暮らし』が公開されます。じつはこの映画、哲代さんが暮らす広島県では先行上映され、すでに話題沸騰。このほど、東京をはじめ全国順次公開になります。楽しく前向きに、豊かな知識と自由なマインドで生きる104歳の一人暮らしは、スピード勝負な現代を生きる私たちにとって目からウロコ。

『104歳、哲代さんのひとり暮らし』

story 尾道の山間の町。100歳を超えてひとりで暮らす石井哲代さんは、かつては小学校の教員として、退職後は民生委員として地域に尽くしてきた。前向きでユーモアたっぷりの彼女の暮らしに3年密着したドキュメンタリー。

監督：山本和宏／出演：石井哲代／声の出演：リリー・フランキー／配給：リガード／公開：4月18日より、シネスイッチ銀座ほか全国順次ロードショー

04

新米スパイの復讐劇

スパイサスペンスの最新作『アマチュア』は、タイトル通りスパイとしてアマチュアなCIA内勤捜査官チャーリーの復讐劇です。デスクワークでほのぼの愛妻家だったチャーリーが、妻をテロで失ったことでスパイに転身。サイバー捜査官のスキルを使って、テロリストを追い詰めるっていうお話です。人殺しなんてとてもとても……という優しい男が、復讐に燃える孤立したアマチュアスパイに変貌するさまと、裏にある陰謀のデカさにびっくりよ。

『アマチュア』

story CIAのサイバー捜査官チャーリー（R・マレック）は、最愛の妻をテロ事件で失う。復讐を決意した彼は、デスクワークから特殊任務のエージェントになるための訓練を受けるが不適格。組織に頼れない彼は、独自の方法でテロリストを追い詰めるのだが……。

監督：ジェームズ・ホーズ／出演：ラミ・マレック、ローレンス・フィッシュバーン、レイチェル・ブロズナハン、マイケル・スタールバーグ　ほか／配給：ウォルト・ディズニー・ジャパン／公開：4月11日より、TOHOシネマズ シャンテほか全国ロードショー

※宝島チャンネル購入者へのアンケート調べ

購入者の77％が効果を実感！

疲れがとれる

筋トレ後に愛用しています

肩こりが軽くなった

圧迫感がないので楽

とてもリラックスした気分になります

はい 77％

体がポカポカする

朝、カラダが楽になった

筋肉のコリが解消した気が…

軽い着心地で毎日着たくなる！

実感した購入者の声

- 血行がよくなった
- 疲れが回復した
- 寝起きがよくなった
- 首や肩のコリがやわらいだ
- むくみが取れた

購入者アンケートで81％の人が人にすすめたいと回答！

一度購入して効果を実感、プレゼントや洗い替え用に複数購入する方が続出しています！

家族にプレゼントしたいし、あまりに気に入ってしまいたくさん自分用にストックしておきたい。（50代女性）

半袖、長袖合わせて5着も購入。洗い替えや子どもたち用にもっと買い足したいです。（60代女性）

起床時の体の軽さを体感すると手放せません。寝る時だけでなく部屋着としても利用できて、洗濯を考えても2着は必要。（30代女性）

洗い替えでもう1着欲しいです。（60代女性）

子どもにも着せたいので追加購入したいです。（40代女性）

家族みんなで試したいのでもう3着購入検討中。（40代女性）

価格も他より安いので、追加で2着購入して娘にもプレゼントしました。（60代女性）

User Voice

夜中に寝汗やクーラーの寒さで目が覚めてしまうことが悩みでした。睡眠の質は健康寿命に直結するので、何か手を打たなくては！ と取り入れたのがこちら。体が適温に保たれている感覚。朝をすっきり迎えられるようになりました。

Profile
50代からのグッドエイジングを応援するライフスタイルマガジン『大人のおしゃれ手帖』編集長。

大人のおしゃれ手帖
編集長
橘 真子

朝起きると、ふっと体が軽くなっているのを感じます。疲労回復ウェアを着ると、着ないで寝た夜は、損した気がするんです。 カラーも豊富にあるので、そのままコンビニも行けるし旅行に持って行ってもいいですね。

Profile
"遊び心あるモノ・コト"が見つかる大人のライフスタイルマガジン『MonoMaster（モノマスター）』の編集長。

MonoMaster
編集長
太田智之

子どもが疲労していると感じている母親は77％、そのうち62％が子どもの疲労対策ができていない

子どもは意外と疲れている……。
そんな子どもの疲労回復にも効果があります！

Q. お子さんは疲れていると感じますか？

- 思う 77％
- どちらかというと思わない 20％
- 思わない 3％

Q. お子さんに疲労回復対策を行っていますか？

- はい 38％
- いいえ 62％

卒入園式・卒入学式に！ 春のマストアイテム **黒バッグ特集**

詳しくはコチラ！

春の卒入学シーズンやオケージョンに重宝する黒いバッグを集めました。
機能性も高いものばかりです。

SISTER AUDREY
サイドリボン付き
レザー調トートバッグBOOK

4,389円(税込)

A4サイズの書類やPCがすっぽりと入る大きめサイズ＆上品できちんと感のあるレザー調素材。

LA BAGAGERIE レザー調
キルティングトートバッグBOOK

4,719円(税込)

ハンドバッグとショルダーバッグの2way仕様。内ポケットが2つに保冷機能のあるボトルホルダー付き。上品なレザー調生地×中綿入りのキルティングデザインです。

HELLO KITTY
リボンな3wayキルティング
BAG BOOK おしゃれBLACK

3,817円(税込)

ハローキティのリボンモチーフの3wayキルティングバッグ。ツヤのあるブラックで小物が入るチャームも！

春休みの旅行にも！ 多機能スーツケースに **特別クーポン登場!**

宝島チャンネルのオリジナルのスーツケースにお得なクーポンが！
LINEやメルマガに登録するだけなのでこの機会にぜひ。

元CA編集者おすすめ！

機内持ち込みサイズで、USBポートやドリンクホルダー、フロントポケットなど便利な機能付き。

3,000円OFF！

~~¥22,000~~(税込)

¥19,000(税込)

クーポンはこちら

メルマガ

LINE

\不要品を入れるだけで社会貢献できる/

「古着deワクチン」で 新生活時期の お片付けを

詳しくはコチラ！

新生活を迎える人も多いこの時期、不要な付録や衣服などを手放して社会貢献してみませんか？

たっぷり入ります！

回収袋には約30kg入れられます。

A セット　B セット　C セット

1セット2個入り
各¥11,000(税込)

宝島チャンネルアプリなら毎週お得なクーポンが！

❶ここをタップ　❷ルーレットを回して…　❸ここをタップするとクーポンが当たる！

"メルマガON"にしておけば、バースデークーポンやお得なセール情報がいち早く届きます！

宝島チャンネルでしか手に入らない
特典付きのアイテムもいっぱい！

宝島チャンネルの SNSをチェック！

X　Instagram

宝島
チャンネル
tkj.jp

お電話でのご注文はこちら

0120-465-100 【受付時間】9:00～18:00 (土・日・祝日を除く)

olonaMUSE
オトナミューズ 2025 5
2025年4月28日発行（毎月1回28日発行）通巻182号 2014年8月26日第三種郵便物認可
発行所／㈱宝島社 〒102-8388 東京都千代田区一番町25番地 編集03-3239-1717 営業03-3234-4621

雑誌 12165-05
4910121650557
01536
特別価格1690円 本体1536円

宝島社